Title Monthly ROSHNI (Aug 2016)

ROSHNI MultiPain Relief Gel Balm has a unique formulation that provides instant relief from body pain, speeding up recovery and helps people get back to their daily routine.

100% ALL NATURAL

Roshni MultiPain Relief

Gel Balm

Relief from 7 pains:

- کمر درد Back Pain
- گردن اور کندھوں کا درد Neck & Shoulder Pain
- جوڑوں کا درد Joint Pain (Arthralgia)
- پٹھوں کا درد Muscular Cramp Pain
- گٹھیا Arthritis
- نسوں کی سوزش Tendinitis
- موچ Sprain

کلونجی اور زیتون کی خصوصیات کے ساتھ

Chandni Chowk, Stadium Road, Karachi
(92-21)34923667-34923488-34920000
03334923667-03218778177
www.facebook.com/RoshniDawakhana

تخلیق کائنات

قرآن پاک کی روشنی میں

۞ کچھ شک نہیں کہ تمہارا پروردگار خدا ہی ہے جس نے آسمانوں اور زمین کو چھ دن میں پیدا کیا پھر عرش پر جا ٹھیرا وہی رات کو دن کا لباس پہناتا ہے کہ وہ اس کے پیچھے دوڑتا چلا آتا ہے اور اسی نے سورج اور چاند اور ستاروں کو پیدا کیا سب اُس کے حکم کے مطابق کام میں لگے ہوئے ہیں دیکھو سب مخلوق بھی اُس کی ہے اور حکم بھی (اُسی کا ہے) یہ خدائے رب العالمین بڑی برکت والا ہے ○

سورۃ الاعراف آیت ۵۴

۞ خدا وہی تو ہے جس نے ستونوں کے بغیر آسمان جیسا کہ تم دیکھتے ہو (اتنے) اُونچے بنائے پھر عرش پر جا ٹھیرا اور سورج اور چاند کو کام میں لگا دیا ہر ایک ایک میعاد معین تک گردش کر رہا ہے وہی (دنیا کے) کاموں کا انتظام کرتا ہے (اس طرح) وہ اپنی آیتیں کھول کھول کر بیان کرتا ہے کہ تم اپنے پروردگار کے روبرو جانے کا یقین کرو ○

۞ اور وہ وہی ہے جس نے زمین کو پھیلایا اور اس میں پہاڑ اور دریا پیدا کئے اور ہر طرح کے میوؤں کی دو دو قسمیں بنائیں وہی رات کو دن کا لباس پہناتا ہے غور کرنے والوں کے لئے اس میں بہت سی نشانیاں ہیں ○

سورۃ الرعد آیت ۲،۳

۞ اور ہم نے آسمان اور زمین کو اور جو (مخلوقات) ان دونوں کے درمیان ہے اس کو لہو و لعب کے لئے پیدا نہیں کیا ○

سورۃ الانبیاء آیت ۱۶

۞ کہہ دو کہ ملک میں چلو پھرو اور دیکھو کہ اس نے کس طرح خلقت کو پہلی دفعہ پیدا کیا ہے پھر خدا ہی پچھلی پیدائش پیدا کریگا بے شک خدا ہر چیز پر قادر ہے ○

سورۃ العنکبوت آیت ۲۰

۞ اُسی نے آسمانوں کو ستونوں کے بغیر پیدا کیا جیسا کہ تم دیکھتے ہو اور زمین پر پہاڑ (بنا کر) رکھ دیئے تاکہ تم کو ہلا ہلا نہ دے اور اس میں ہر طرح کے جانور پھیلا دیئے اور ہم ہی نے آسمان سے پانی نازل کیا پھر (اُس سے) اُس میں ہر قسم کی نفیس چیزیں اُگائیں ○

سورۃ لقمان آیت ۱۰

۞ اور آسمانوں کو ہم ہی نے ہاتھوں سے بنایا اور ہم کو سب مقدور ہے ○

۞ اور زمین کو ہم ہی نے بچھایا تو (دیکھو) ہم کیا خوب بچھانے والے ہیں ○

۞ اور ہر چیز کی ہم نے دو قسمیں بنائیں تاکہ تم نصیحت پکڑو ○

سورۃ الذاریات آیت ۴۷ تا ۴۹

۞ وہ (خدا) جس کے ہاتھ میں بادشاہی ہے بڑی برکت والا ہے اور وہ ہر چیز پر قادر ہے ○

۞ اُسی نے موت اور زندگی کو پیدا کیا تاکہ تمہاری آزمائش کرے کہ تم میں کون اچھے کام کرتا ہے اور وہ زبردست (اور) بخشنے والا ہے ○

۞ اُس نے سات آسمان اُوپر تلے بنائے (اے دیکھنے والے) کیا تو (خدائے) رحمٰن کی آفرینش میں کچھ نقص دیکھتا ہے؟ ذرا آنکھ اُٹھا کر دیکھ بھلا تجھ کو (آسمان میں) کوئی شگاف نظر آتا ہے؟ ○

۞ پھر دوبارہ (سہ بارہ) نظر کر تو نظر (ہر بار) تیرے پاس ناکام اور تھک کر لوٹ آئے گی ○

سورۃ الملک آیت ۱ تا ۴

انسان منفی اور مثبت خصوصیات کے اعتدال کا نام

اللہ تعالیٰ نے انسان کو مٹی سے پیدا کیا۔ پھر اس میں روح پھونکی اور اس کو عقل کی دولت بخشی، انسان منفی اور مثبت خصوصیات کے اعتدال کا نام ہے۔ انسان کو یہ اختیار حاصل ہے کہ وہ عقل کو استعمال کرتے ہوئے حق و باطل میں تمیز کرے۔ جو شخص اللہ کے بتائے ہوئے راستے پر چلتا ہے وہ اللہ کے نزدیک پسندیدہ ہوتا ہے۔ انسان میں جسم و روح کے ساتھ ساتھ نفس بھی ہے۔

حضرت علیؓ نے فرمایا: اللہ کو وہ بندہ اپنے بندوں میں سب سے زیادہ محبوب ہے جس نے نفس کے خلاف جہاد کیا۔ جس کا اندرونی لباس، حزن اور بیرونی جامہ، خوف ہے۔ اس کے دل میں ہدایت کا چراغ روشن ہے اور آنے والے دن کی مہمانی کا تہیہ کر رکھا ہے۔ پس ثابت ہوا کہ اللہ کے قریب وہ شخص ہے جس نے اپنے نفس کو قابو میں رکھا۔

یہاں نفس سے مراد نفسانی اور شیطانی خواہشات کا منبع ہے۔ ایسے اشخاص جنہوں نے اپنے نفس پر قابو پالیا ان کی پہچان یہ ہے کہ ان کا دل اللہ کی محبت میں سرشار ہے۔ اور وہ اللہ سے ڈرنے والے ہیں۔

حضرت علیؓ کے ارشاد کے مطابق انسانوں کے لئے دو چیزیں بہت مضر ہیں۔ ایک خواہشوں کی پیروی اور دوسرے امیدوں کا پھیلاؤ، خواہشوں کی پیروی وہ چیز ہے جو حق سے روک دیتی ہے اور امیدوں کا پھیلاؤ آخرت کو بھلا دیتا ہے۔ فتنوں کے وقوع کا آغاز وہ نفسانی خواہشات ہوتی ہیں جن کی پیروی کی جاتی ہے اور جن کے لئے قرآنی احکامات کی خلاف ورزی کی جاتی ہے۔

حضرت علیؓ نے فرمایا: لوگو وہی سب سے زیادہ اپنے نفس کا خیر خواہ ہے جو اپنے اللہ کا سب سے زیادہ مطیع و فرمانبردار ہے اور وہی سب سے زیادہ اپنے نفس کو فریب دینے والا ہے جو اللہ کا سب سے زیادہ گناہ گار ہے۔ اصل فریب خوردہ وہ ہے جس نے اپنے نفس کو فریب دے کر نقصان پہنچایا اور قابل رشک وہ ہے جس کا دین محفوظ رہا اور نیک بخت وہ ہے جس نے دوسروں سے پند و نصیحت کو حاصل کر لیا اور بد بخت وہ ہے جو ہوس کے چکر میں پڑ گیا۔ تھوڑا سا ریا بھی شرک ہے اور ہوس پرستوں کی مصاحبت ایمان فروش کی منزل اور شیطان کی آمد کا مقام ہے۔

جھوٹ سے بچو، اس لئے کہ وہ ایمان سے الگ چیز ہے، راست گفتار، نجات اور بزرگی کی بلندیوں پر ہے اور دروغ گو پستی و ذلت کے کنارے پر ہے۔ باہم حسد نہ کرو، اس لئے کہ حسد ایمان کو اس طرح کھا جاتا ہے جس طرح آگ لکڑی کو کھا جاتی ہے اور کینہ و بغض نہ رکھو اس لئے کہ یہ نیکیوں کو چھیل ڈالتا ہے اور سمجھ لو کہ آرزوئیں عقلوں پر سہو کا اور یاد الٰہی پر نسیان کا پردہ ڈال دیتی ہیں۔ امیدوں کا جھٹلاؤ، اس لئے کہ یہ دھوکہ ہیں، اور امیدیں باندھنے والا فریب خوردہ ہے۔

حضرت علیؓ نے فرمایا: لوگو وہی سب سے زیادہ اپنے نفس کا خیر خواہ ہے جو اپنے اللہ کا سب سے زیادہ مطیع و
فرمانبردار ہے اور وہی سب سے زیادہ اپنے نفس کو فریب دینے والا ہے
جو اللہ کا سب سے زیادہ گناہ گار ہے

بقول حضرت علیؓ: جس نے طمع کو اپنا شعار بنایا اس نے اپنے کو تباہ کیا اور جس نے اپنی پریشان حالی کا اظہار کیا وہ ذلت پر آمادہ ہو گیا اور جس نے اپنی زبان کو قابو میں نہ رکھا اس نے خود اپنی بے وقعتی کا سامان کر لیا۔

حضرت محمد ﷺ کا ارشاد ہے: ''بے وقوف کا دل اس کی زبان ہے اور عقلمند کی زبان اس کے دل میں''، یعنی عقلمند کی زبان اس کے تابع ہے اور بے وقوف کا دل اس کی زبان کے تابع ہے۔ حضرت علیؓ نے فرمایا کہ: بخل ننگ و عار ہے اور بزدلی نقص و عیب ہے۔ صبر شکر شجاعت ہے اور دنیا سے بے تعلقی بڑی دولت ہے اور پرہیزگاری ایک بڑی چیز ہے۔

مندرجہ بالا ارشادات گرامی پر نظر ڈالیں تو بخوبی اندازہ ہو جاتا ہے کہ انسان کی ذہنی حالت کی علامات کیا ہیں، وہ صفات جو انسان کو اللہ سے دور لے جاتی ہیں اور اللہ کو ناپسند ہیں۔ ذہنی صحت کی نفی کرتی ہیں مثلاً طمع و حرص، حسد، بخل، تساہل و عیب جوئی، منافقت، دروغ گوئی، ظلم، ناانصافی، خود پسندی، مخالفت، بے جا غیظ و غضب اور بدگمانی وغیرہ وہ منفی صفات ہیں جو انسان کی ذہنی کجی کو ظاہر کرتی ہیں اور ایسے انسان کو اصلاح کی ضرورت ہے۔ ان کے برعکس حق گوئی، عدل و احسان، قناعت، شرم و حیاء، حسن سلوک، حلم و بردباری، نرمی اور عفو درگزر، چشم پوشی اور راز داری ایسی مثبت صفات ہیں جو انسان کی ذہنی صحت کو ظاہر کرتی ہیں، باطل سے دور رہنا اور حق کو پانا سب سے بڑی کامیابی ہے اس لئے نفسیات دانوں کی منزل ہے کہ اصلاح کردار اس طرح کی جائے کہ انسان میں حق طلبی کی خواہش پیدا ہو وہ اللہ سے قربت حاصل کرنے کی سعی کرے، ایسا کرنے کے لئے ہمیں ان مثبت صفات کو معیار زندگی بنانا ہوگا جو اللہ کو پسندیدہ ہیں اور جن کا حصول ہی ہمیں اللہ کے قریب لے جا سکتا ہے اور یہی اللہ کی قربت ذہنی صحت کی معراج ہے۔

(افتخار عالم......سبی)

MNZ9511

ممبر آل پاکستان نیوز پیپرز سوسائٹی APNS

RS: 44/=

AUGUST 2016 VOL: 23 NO: 02

اس شمارے میں......

عنوان	صفحہ
فرمان الٰہی	3
انسان منفی اور مثبت خصوصیات کا نام	4
خیانت ایک بڑا گناہ	7
ماہ شعبان المعظم ۱۴۲۹ھ کے خاص وظائف	8
حضرت ادریس علیہ السلام	11
حضرت لعل شہباز قلندر رحمتہ اللہ علیہ	12
برج سنبلہ کی خصوصیات	15
برج سنبلہ کے خاص وظائف	16
برج سنبلہ کا حرف 'غ'	18
پیاری باتیں	19
وقت کا صحیح استعمال	20
روایتی لڑائی جھگڑے	21
رنگوں سے علاج	22
پتھروں کے اثرات "نیلم"	24
ہپناٹزم، جادو ٹونہ اور وہم	26
جسمانی بیماری روحانی حل 'ناک کا درد'	28
خواب نامہ	29
کامیابی اور کامرانی کے لئے خاص تعویذ	30
یہ مائیں، یہ بیٹیاں	33
غصے کی حالت میں خود پر قابو پائیں	36
جاب کیسے حاصل کی جائے؟	37
تعویذ حل المشکلات وحصول المقاصد	38
یہ مہینہ کیسا رہے گا	41
جلد کی حفاظت	42
آپ کے مسائل اور ان کا روحانی حل	45
آپ کا کچن آپ کا مطب 'املی'	49
جسمانی توازن اور دلکشی کے لئے ایک روزہ منصوبہ	51
ناقابل فراموش	54
صفاتی نام 'الرقیب'	56
روشنی کے پکوان	57
نانی اماں کے ٹوٹکے	58
قلندری ممبران کے لئے روحانی عمل	61
محفل دعا	63
روحانی کیفیات	66

اندرون ملک — سالانہ خریداری =/528 روپے

بیرون ملک کے لئے — آپ کا تعلق دنیا کے کسی بھی ملک اور کسی بھی شہر سے ہو ماہنامہ ''روشنی'' آپ گھر بیٹھے حاصل کر سکتے ہیں۔
سالانہ خریداری =/40 امریکی ڈالر (رجسٹری ڈاک کے ذریعے) یا =/30 ڈالر (Ordinary ڈاک کے ذریعے)

پبلشر ایڈیٹر فہد آرتانی نے اوکھائی پریس، اردو بازار کراچی سے چھپوا کر روشنی سینٹر، چاندنی چوک، اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔ 74800 سے شائع کیا۔ فون نمبر: 34923667-34923488(21-92)

آپ کے ستارے اور آپ کی صحت۔۔۔

ہر دوا ہر ایک کے لئے نہیں ہوتی۔۔۔

دوا کے انتخاب میں ستاروں کا حساب اہم کردار ادا کر سکتا ہے

روشنی اسٹار سائن کیپسولز

آپ کی تاریخِ پیدائش کے حساب سے تیار کی گئی دوا

قدرت نے ہر انسان کو ایک خاص وقت اور خاص مہینے میں پیدا کیا ہے جس کے ذریعے وہ ایک مخصوص برج (ستارہ) کا حامل ہوتا ہے۔ اور اس برج کے حساب سے منتخب رنگ، عدد، پتھر، ستارہ اور جڑی بوٹیاں اس کے لئے مفید ثابت ہوتے ہیں۔ اسی لئے دیکھا گیا ہے کہ ہر دوا ہر ایک کے لئے نہیں ہوتی۔ ایک دوا کسی ایک شخص کے لئے شفا بخش ہے تو وہی دوا دوسرے شخص کے لئے بے کار۔

روشنی دواخانہ نے اس سلسلے میں جڑی بوٹیوں کے مختلف ستاروں پر اثرات کی جامع تحقیق کی۔ اور آپ کے برج (ستارے) کے حساب سے منتخب مخصوص جڑی بوٹیوں کے ذریعے اسٹار سائن کیپسولز تیار کئے ہیں۔

اس دوا کی خاص بات یہ ہے کہ یہ آپ کے برج کے حساب سے آپ کے جسم اور ذہن کو (Balance) رکھتے ہیں۔ اور مختلف امراض سے بچاؤ کے لئے قوت مدافعت پیدا کرتے ہیں۔

چونکہ یہ دوا ستاروں کے حساب سے مخصوص جڑی بوٹیوں سے تیار کردہ ہے اس لئے اپنے برج کے علاوہ دوسرے برج کی دوا استعمال کرنا موثر نہیں ہوتا۔

نوٹ: اگر آپ کو اپنا برج نہیں پتہ تو نام کے پہلے حرف کے حساب سے دوا استعمال کر سکتے ہیں۔

حاصل کرنے کے لئے روشنی دواخانہ پر رابطہ کریں

خیانت ایک بڑا گناہ

اسلام میں خیانت نہ صرف بہت بُرا بلکہ بہت بڑا جرم ہے۔ خیانت میں جھوٹ، بے ایمانی، دھوکا، فریب سب طرح کے گناہ شامل ہوتے ہیں۔ ایک انسان کا جو حق دوسرے انسان کے ذمے واجب ہوتا ہے، اس کے ادا کرنے میں ایمان داری نہ برتنا بددیانتی اور خیانت ہے۔

خیانت کا مطلب صرف امانت میں رکھی ہوئی چیز (مال) میں بے جا تصرف یا مانگنے پر واپس نہ کرنا ہی نہیں ہے، یقیناً یہ بھی بالکل کھلی ہوئی خیانت ہے لیکن خیانت کا مفہوم اس سے بہت زیادہ وسیع ہے۔ مثلاً کسی کا راز دوسرے کو بتا دینا بھی خیانت ہے۔ دوست بن کر دوستی نہ نبھانا بھی خیانت ہے۔ کوئی بیوی اپنے شوہر کی فرماں برداری نہ کرے یہ بھی خیانت ہے حتیٰ کہ ہمارے اعضاء یعنی ہاتھ پاؤں، آنکھ کان وغیرہ سب اللہ تعالیٰ کی امانت ہیں، ان اعضاء کو اللہ تعالیٰ کے حکم کے خلاف استعمال کرنا بھی بہت بڑی خیانت ہے۔

سورۃ الانفال میں ارشاد تعالیٰ ہے۔ ترجمہ ''اے ایمان والو! اللہ اور اس کے رسول ﷺ کی خیانت نہ کرو اور نہ آپس کی امانتوں میں جان بوجھ کر بد دیانتی کرو۔'' کام چوری بھی ایک بدترین قسم کی خیانت ہے کیونکہ اس خیانت میں جھوٹ، چوری، بے ایمانی، دھوکا، فریب، غرض سب گناہ شامل ہوتے ہیں۔ کام چوری کے ذریعہ جو رزق حاصل کیا جائے گا، اسے حلال رزق نہیں کہا جاسکتا اور حلال رزق کی اہمیت یہ ہے کہ اگر حلال رزق نہ کھایا جائے تو نہ کوئی عبادت قبول ہوگی اور نہ کوئی دعا۔ اس سے ہمیں یہ اندازہ ہو جانا چاہئے کہ خیانت جسے ہم بہت معمولی سا گناہ سمجھتے ہیں۔ بلکہ بعض اوقات تو گناہ سمجھتے ہی نہیں، درحقیقت کتنا بڑا گناہ ہے۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ ہمیں خیانت جیسے تمام گناہوں سے محفوظ رکھے، ہمارے لئے گناہ کرنا بے حد مشکل بنادے اور نیکیاں کرنا بے حد آسان بنادے۔ (آمین)

حضرت عبداللہ ابن مسعودؓ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا ''کوئی بندہ حرام مال کمائے اور پھر اسے اللہ کی راہ میں صدقہ کرے تو یہ صدقہ اس کی طرف سے قبول نہیں کیا جائے گا اور اگر اپنے گھر والوں پر خرچ کرے گا تو وہ برکت سے خالی ہوگا اور اگر وہ اس (مال) کو چھوڑ کر مرگیا تو جہنم کے سفر میں زادراہ بنے گا۔''

قرآن پاک میں لفظ ''امین'' آیا ہے جس کے معنی ایمان دار اور دیانت دار کے ہیں، ملازم کے لئے اہم شرط یہ ہے کہ وہ خیانت نہ کرتا ہو، ملازم کے لئے خیانت یہ ہے کہ وہ ایمان داری اور محنت سے کام نہ کرے۔ ارادتاً سستی اور کاہلی کا مظاہرہ کرے، اپنا کام مقررہ وقت پر پورا نہ کرے اور غیر ذمے داری کا مظاہرہ کرے تو ایسے لوگ اللہ اور اس کے رسول ﷺ کی نگاہ میں بدترین خیانت کے مرتکب ہیں۔ رسول کریم ﷺ جن بڑی باتوں سے اللہ کی پناہ مانگا کرتے تھے، ان میں سے ایک خیانت بھی ہے۔

ابو داؤد کی روایت ہے کہ رسول اکرم ﷺ فرمایا کرتے تھے۔ ''الٰہی مجھے خیانت سے بچائے رکھنا کہ یہ بہت بڑا اندرونی ساتھی ہے۔'' آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا ''راست گو سوداگروں کو قیامت میں صدیقوں اور شہیدوں کے ساتھ اٹھایا جائے گا۔'' خیانت کی کراہیت کا اندازہ حضرت عبداللہ ابن مسعود رضی اللہ عنہ کی روایت سے بھی واضح ہو جاتا ہے۔ جس میں انہوں نے فرمایا کہ اللہ کی راہ میں مارا جانا ہر گناہ کا کفارہ ہے لیکن خیانت کا نہیں۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا ''کہ قیامت کے دن بندے کو لایا جائے گا اگر چہ وہ اللہ کی راہ میں شہید ہوا ہو۔ اس کو کہا جائے گا کہ ''امانت لاؤ اور ادا کرو'' وہ کہے گا اے اللہ اب کیسے لاؤں؟ کہا جائے گا کہ اس کو دوزخ ہاویہ میں لے جاؤ۔

> رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا
> ''جو امانت ادا نہیں کرتا وہ ایمان نہیں رکھتا اور مومن کی طبیعت میں خیانت اور جھوٹ نہیں ہے''

قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے۔ ترجمہ: ''اے ایمان والو! تم آپس میں ایک دوسرے کا مال ناجائز طریقے سے مت کھاؤ'' اس آیت کے مطابق ہر وہ مال حرام ہے جو کسی ناجائز طریقے سے حاصل کیا گیا ہو۔ کام کم کرکے زیادہ اجرت لینا بھی ناجائز ہے۔ ہجرت مدینہ کے موقع پر جب کفار آپ ﷺ کے جان کے دشمن بن چکے تھے اور آپ ﷺ کو نقصان پہنچانے کا پروگرام بنا چکے تھے۔ آپ ﷺ نے ہجرت سے قبل تمام امانتیں حضرت علیؓ کے سپرد کیں کہ وہ تمام امانتیں متعلقہ لوگوں کو واپس کردیں۔ غرض اس نازک وقت میں جب آپ ﷺ کی جان کو شدید خطرہ تھا۔ آپ ﷺ کو امانت کی حفاظت کا کتنا خیال تھا۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''جو امانت ادا نہیں کرتا وہ ایمان نہیں رکھتا اور مومن کی طبیعت میں خیانت اور جھوٹ نہیں ہے۔''

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''منافق کی تین نشانیاں ہیں۔ (صحیح بخاری، صحیح مسلم)

1: جب بات کرے گا تو جھوٹ بولے گا۔

2: جب وعدہ کرے گا تو پورا نہیں کرے گا۔

3: امانت میں خیانت کرے گا۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ ہمیں امانت کے مفہوم کو صحیح سمجھنے کی توفیق عطا فرمائے اور خیانت سے محفوظ رکھے۔ (آمین)

(اُم کلثوم...... کراچی)

ماہ ذی القعدہ ۱۴۳۷ھ کے خاص وظائف

طبیب جسمانی، ذہنی و روحانی
ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

کائنات کی ہر شے اللہ تعالیٰ کی موجودگی کا ثبوت دے رہی ہے۔ اللہ تعالیٰ کائنات میں ہر جگہ موجود ہے۔ اللہ تعالیٰ سے دعا مانگنے کے لئے کوئی وقت یا کوئی جگہ مقرر نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر جگہ اور ہر وقت اپنے بندوں کی سنتا ہے۔ وہ علیم ہے۔ وہ خبیر ہے وہ سمیع ہے وہ بصیر ہے۔ اللہ کو ہر چیز کا علم ہے۔ اس کو سب کی خبر ہے وہی سب کچھ سنتا ہے اور وہی سب کچھ دیکھتا ہے۔ لیکن خداوند کریم نے بعض لمحات کو دوسروں پر فوقیت دی ہے۔ مثلاً جمعۃ المبارک کا دن دوسرے دنوں سے افضل ہے۔ رمضان المبارک کا مہینہ دوسرے مہینوں سے افضل ہے۔

پھر اللہ تعالیٰ نے اپنے خاص بندوں کے ذریعے سے انسان کو مختلف علوم سے آگاہ کیا۔ اس طرح مختلف حسابوں سے وظائف اور عملیات کا تعین کیا جاتا ہے کہ کس ماہ میں کون سا وظیفہ کس طرح پڑھا جائے لیکن ہر وظیفے اور ہر عمل کے لئے ایک ہی بات ذہن میں رکھنی چاہئے کہ ہر مدد صرف اللہ تعالیٰ کی طرف سے ہوتی ہے اور اللہ کے سوا کوئی اور مددگار نہیں۔

اگر آپ کسی مشکل میں ہیں اور اس مشکل کا کوئی حل آپ کو نظر نہیں آتا۔ اور آپ کو اللہ تعالیٰ پر پورا بھروسہ ہے تو آپ وظائف کے بارے میں فون نمبر: 34923667 پر بات کر کے مشورہ کر سکتے ہیں۔

اسلامی کلینڈر میں ماہ ذی القعدہ کا خاص مقام ہے۔ اس ماہ میں خاص طور پر خواتین کی پیچیدہ بیماریوں کی شفاء کے لئے خاص دعائیں مانگی جاتی ہیں اور ان دعاؤں کی وجہ سے خواتین کی اندرونی بیماریاں ختم ہو جاتی ہیں۔

اللہ تعالیٰ نے عورت کو مرد کا ساتھی اور مرد کا سکون بنایا ہے۔ ماں، بیوی، بیٹی اور بہن کے روپ میں جو کچھ عورت مرد کو دیتی ہے۔ اسے آپ خداوند کریم کی نعمت اور رحمت کے علاوہ کیا کہہ سکتے ہیں؟ عورت مرد کے گھر کو سنبھالتی ہے ۔عورت کو اللہ تعالیٰ نے صبر اور برداشت کی وہ قوت عطا کی ہے جس سے عام مرد محروم رہتے ہیں۔ عورت کی یادداشت مرد سے ہزار گنا زیادہ ہوتی ہے۔ حادثات اور عجیب وغریب واقعات کو برداشت کرنے کی عورت میں زیادہ قوت ہوتی ہے۔

لیکن اپنی تمام طاقتوں کے باوجود عورت نہایت ہی نازک اور کمزور ہے۔ اللہ تعالیٰ نے جسمانی کمزوری کے علاوہ عورت کو ذہنی طور پر بھی نازک بنایا ہے۔

جدید تحقیق کے مطابق ہمارے ذہن میں طلاطم پیدا کرنے والے خیالات کی وجہ سے ہمیں جسمانی بیماریاں بھی ہو سکتی ہیں۔ پھر عورت کی جسمانی ساخت، خاص طور پر عورت کا تخلیقی نظام، عورت کے جسم کو اتنا نازک بناتا ہے کہ عورت کو ہر وقت کسی بھی اندرونی بیماری کا خطرہ لاحق ہوتا ہے۔ پھر عورت جذباتی لحاظ سے بھی اپنے ماحول اور حالات سے اتنی زیادہ متاثر ہو جاتی ہے کہ اسے کئی اندرونی بیماریوں میں مبتلا ہونے کا ڈر رہتا ہے۔ اس سلسلے میں خواتین ماہ ذی قعدہ میں مندرجہ ذیل وظائف کریں تو فائدہ ہو سکتا ہے۔

(۱) اگر کنواری لڑکی نسوانی بیماریوں میں مبتلا ہو تو فجر اور عصر کی نماز کے بعد ۳۳ بار اللہُ الملک المتین پڑھے۔

(۲) اگر نئی شادی شدہ لڑکی اندرونی بیماری میں مبتلا ہو جائے تو ہر روز ظہر کے بعد اور سونے سے پہلے ۵۱ بار اللہُ الودودُ الکریم پڑھے۔

(۳) اگر شادی کو کافی عرصہ گزر گیا ہو اور اس کے بعد عورت کو نسوانی بیماری لگ

جائے تو ہر نماز کے بعد ۴۴ بار اللّٰہُ القائمُ الوکیل پڑھے۔

(۴) اگر کوئی عورت مسلسل اندرونی بیماریوں میں مبتلا ہو اور بے حساب دواؤں کے باوجود اسے فائدہ نہ ہوتا ہو تو عشاء کی نماز کے بعد اور دوا کھانے سے پہلے ۲۱ بار اللّٰہُ الغنیُّ الصبور پڑھے۔

(۵) اگر کسی لڑکی کی عمر بہت زیادہ ہوگئی ہو اور اس کی شادی کسی وجہ سے نہ ہو سکی ہے اور اس وجہ سے اسے کوئی نسوانی بیماری ہوگئی ہو تو فجر اور عشاء کی نماز کے بعد ۳۳ بار اللّٰہُ العلیمُ العظیم پڑھے۔

(۶) اگر نسوانی بیماریوں کی وجہ سے عورت کے سر میں درد رہتا ہو تو ہر روز ظہر کی نماز کے بعد ۷۷ بار اللّٰہُ المعزُ العزیز پڑھے۔

(۷) اگر اندرونی بیماریوں کی وجہ سے عورت کی کمر میں درد رہتا ہو تو عشاء کی نماز کے بعد ۳۳ بار اللّٰہُ الملکُ القدوس پڑھے۔

(۸) اگر کوئی عورت اپنا بزنس کرتی ہو یا کسی جگہ نوکری کرتی ہو اور اندرونی بیماری کی وجہ سے اس کی نوکری یا بزنس پر برا اثر پڑ رہا ہو تو سونے سے پہلے اور ہر روز کام شروع کرنے سے پہلے ۸۱ بار اللّٰہُ الحمیدُ الرشید پڑھے۔

(۹) اگر نسوانی بیماری کی وجہ سے کوئی خاتون گھر کا کام کاج نہیں کر سکتی ہو اور سسرال والے اسے بہانہ سمجھتے ہوں اور اس لئے اس پر ظلم کرتے ہوں فجر اور عشاء کی نماز کے بعد ۵۱ بار اللّٰہُ النورُ الصبور پڑھیں۔

(۱۰) اگر عورت بظاہر تو بہت شگفتہ اور دلکش نظر آتی ہو لیکن جادو ٹونے کی وجہ سے نسوانی بیماریوں میں مبتلا ہوگئی ہو تو ہر نماز کے بعد ۹۹ بار اللّٰہُ العلیُّ الکبیر پڑھے۔

(۱۱) اگر سفر کے دوران کسی خاتون کو اندرونی بیماریوں کا زور ہوتا ہے تو سفر شروع کرنے سے پہلے ۱۲۱ بار اللّٰہُ الواحدُ الحکیم پڑھیں۔

(۱۲) اگر نسوانی بیماریوں کی وجہ سے کسی خاتون کے پیروں میں درد رہتا ہوتا ہو تو وہ ظہر کی نماز کے بعد ۷۷ بار اللّٰہُ الغفارُ الستار پڑھے۔

(۱۳) اگر نسوانی بیماری کی وجہ سے لڑکی کا جسم بدنما ہو رہا ہو، سوکھے سے جسم اور چہرے کی وجہ سے محفلوں میں جاتے ہوئے شرم آتی ہو، لوگ مذاق اڑاتے ہوں تو ظہر اور مغرب کی نماز کے بعد ۱۴۱ بار اللّٰہُ الودودُ البصیر پڑھے۔

(۱۴) اگر نسوانی بیماری کی وجہ سے کسی عورت کو ہر وقت ناپاکی کا خیال رہتا ہو تو ہر نماز کے پہلے ۵۵ بار اللّٰہُ المالکُ الرحیم پڑھے۔

(۱۵) اگر گھر میں کئی بہنوں کو ایک ساتھ نسوانی بیماری ہوگئی ہو تو ہر لڑکی فجر اور مغرب کی نماز کے بعد ۱۰۱ بار اللّٰہُ المؤمنُ المالک پڑھیں۔

مندرجہ بالا وظائف علم کشف کی رو سے آپ کے لئے فائدہ مند ثابت ہو سکتے ہیں۔ اس لئے اسے ماہ ذی قعدہ ۱۴۲۹ھ میں شروع کر دیں۔ اگر آپ بہت عرصے تک پاک نہیں رہ سکتیں اور نماز نہیں پڑھ سکتیں یا کوئی پاک چیز کو ہاتھ نہیں لگا سکتیں تو یہی وظیفہ نماز کی بجائے اذان کی آواز سن کر انگلیوں پر گنتی کر کے پڑھ لیں۔ اس دوران ڈاکٹری علاج ضرور کرائیں کیونکہ دوا اور دعا دونوں مل کر آپ کا مسئلہ حل کر سکتے ہیں۔

یہ وظائف ماہ ذی القعدہ ۱۴۳۷ھ میں آخری تاریخ تک پڑھے جا سکتے ہیں

قارئین توجہ فرمائیں

ماہنامہ روشنی میں شامل صفحات میں خط لکھنے کے لئے لفافے پر مذکورہ صفحے کا نام ضرور لکھیں۔
مثلاً اگر آپ ،آپ کے مسائل اور ان کا روحانی حل، خواب نامہ، روحانی کیفیات، فیضان قلندری، آپ بھی پوچھئے یا محفل دعا میں خط لکھ رہے ہیں یا کوئی طبّی، مذہبی، اصلاحی، روحانی، معاشرتی یا معلوماتی مضمون ارسال کر رہے ہیں یا کوئی کہانی، اقوال، احادیث، حکایات، پکوان یا گھریلو ٹوٹکے روانہ کر رہے ہیں تو لفافے پر بھی مضمون کا نام لکھ دیں۔ تاکہ آپ کا خط بلا تاخیر اپنی منزل تک پہنچ جائے۔

ماہنامہ روشنی، CA-27، چاندنی چوک اسٹیڈیم روڈ کراچی۔ 74800 فون نمبر: 34923667

صبر ایمان کے اعلیٰ ترین درجوں میں سے ہے
یہ ایک ایسی صفت ہے جو دین اسلام کی روح ہے

''صبر'' کے لغوی معنی ہیں روکنا' برداشت کرنا' سہنا' سہارنا۔ جب کہ دینی اصطلاح میں صبر سے مراد ہے' اپنے آپ کو شریعت کے بتائے ہوئے راستے پر مسلسل گامزن کرنا' ناخوشگوار حالات میں اپنے نفس پر قابو رکھنا اور گھبرانے کے بجائے ثابت قدمی اختیار کرنا یعنی پریشانی تکلیف اور صدمے کی حالت میں پامردی' ثابت قدمی اور ہمت قائم رکھتے ہوئے اپنے رب پر بھروسہ کرنا۔

استقامت کا بھی یہی مفہوم ہے۔ صبر کی تین قسمیں ہیں۔

(1) طاعات پر صبر کرنا: یعنی اللہ تعالیٰ اور رسول کریم ﷺ نے جن کاموں کے کرنے کا حکم دیا ہے' ان کی پابندی طبیعت پر خواہ کتنی ہی شاق کیوں نہ ہو' اپنے نفس کو اس پر ثابت قدم رکھنا۔

(2) نافرمانیوں سے بچنا اور صبر کرنا: جن چیزوں سے اللہ تعالیٰ اور اس کے رسول ﷺ نے منع فرمایا ہے' وہ نفس کے لئے خواہ کتنی ہی لذیذ و مرغوب ہوں' نفس کو ان سے روکنا۔

(3) مصائب پر صبر کرنا: یعنی دنیوی مصائب و تکالیف پر صبر کرنا اور حد سے زیادہ پریشان نہ ہونا اور ہر قسم کی تکلیف و راحت کو حق تعالیٰ کی طرف سے سمجھ کر اپنے نفس کو بے قابو نہ ہونے دینا۔

قرآن مجید میں متعدد مقامات پر صبر کی ترغیب و تلقین کی گئی ہے۔ مثلاً (ترجمہ) ''اے ایمان والو! صبر سے کام لو' پامردی دکھاؤ اور کمربستہ رہو۔'' ''اے ایمان والو! صبر اور نماز سے مدد حاصل کرو۔'' ایک موقع پر فرمایا گیا: ''اور نیک لوگ وہ ہیں جو تنگی اور مصیبت کے وقت اور جنگ کے موقع پر صبر کرنے والے ہیں۔'' رسول اکرم ﷺ سے اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا: ''اے نبی ﷺ صبر کیجئے' جس طرح اولو العزم رسولوں نے صبر کیا۔'' (سورہ الاحقاف)

رسول اکرم ﷺ خود صبر و استقامت کی مثال تھے اور آپ ﷺ نے اپنی امت کو بھی صبر کی تلقین فرمائی۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ ''ایمان کے دو حصے ہیں' آدھا صبر اور آدھا شکر۔'' (بیہقی)

ایک مرتبہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''مومن کی حالت بھی عجیب ہے۔ مومن کے لئے ہر حال میں خیر ہی خیر ہے اور یہ بات مومن کے سوا اور کسی کو نصیب نہیں ہے۔ وہ یہ ہے کہ اگر اسے کوئی تکلیف یا صدمہ پہنچا ہے اور وہ صبر کرتا ہے تو یہ اس کے لئے بہتر ہوتا ہے اور اگر اسے کوئی خوشی حاصل ہوتی ہے تو وہ شکر کرتا ہے۔ تو یہ بھی اس کے لئے بہتر ہوتا ہے۔'' آپ ﷺ نے فرمایا: ''صبر روشنی ہے۔ صبر کشائش کی چابی ہے۔'' ایک مرتبہ ایک صحابی نے آپ ﷺ سے عرض کیا کہ اسلام کی کوئی ایسی بات فرمایئے کہ آپ ﷺ کے سوا کسی اور سے نہ پوچھوں۔ آپ ﷺ نے فرمایا: ''کہو' میں اللہ پر ایمان لایا اور پھر اس پر ثابت قدم رہو۔'' صبر ایمان کے اعلیٰ ترین درجوں میں سے ہے' یہ ایک ایسی صفت ہے جو دین اسلام کی روح ہے۔

قرآن مجید میں صبر کا تقریباً ۷۵ مرتبہ ذکر کیا گیا ہے۔ دین اسلام کو ترقی صبر و استقامت کی وجہ سے ہی حاصل ہوئی ہے۔ آپ ﷺ کی حیاتِ طیبہ صبر و استقامت کے شاندار واقعات سے بھری پڑی ہے۔ اللہ رب العزت نے صبر و استقامت کا مظاہرہ کرنے کو بہت بڑی ہمت اور حوصلے کی بات قرار دیا ہے۔ صبر کے بہت سے فوائد و ثمرات ہیں جن کی وجہ سے اسلام میں اس کی ترغیب دلائی گئی ہے۔

صبر اللہ کی مدد و نصرت کا ذریعہ

اللہ کی مدد حاصل کرنے کے لئے صبر شرط ہے۔ صبر کے بغیر اللہ کی طرف سے مدد نہیں ملتی۔ اللہ تعالیٰ نے حکم فرمایا ہے کہ صبر اور نماز کے ذریعے مدد طلب کیا کرو۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے: (ترجمہ) ''اے ایمان والو! صبر اور نماز کے ذریعے مدد طلب کیا کرو' بے شک اللہ تعالیٰ صبر کرنے والوں کے ساتھ ہے۔'' (سورۃ البقرہ)

اللہ کے انعامات اور رحمتوں کا ذریعہ

اللہ تعالیٰ کے انعامات صرف صبر کرنے والوں کو ہی حاصل ہوتے ہیں۔ قرآن حکیم میں فرمایا گیا: ''اور یہ (اللہ کے انعامات کی دولت) تو صرف صبر کرنے والوں کو ہی ملتی ہے۔''

صبر' گناہوں کا کفارہ

مصائب پر صبر کرنے سے گناہ معاف ہوتے ہیں۔ رسول اکرم ﷺ کا ارشاد ہے کہ ''مومن مرد و عورت زندگی میں مصائب میں مبتلا ہوتے رہتے ہیں۔ کبھی ان کی جان کو تکلیف پہنچتی ہے اور کبھی اولاد کی اور کبھی مال میں نقصان ہو جاتا ہے۔ یہاں تک کہ وہ اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں اس طرح حاضر ہوتے ہیں کہ ان مصائب پر صبر کرنے کی وجہ سے ان کے تمام گناہ مٹ چکے ہوتے ہیں۔''

صبر' کامیابی کی ضمانت

کوئی بھی مہم یا مشن ہو' ہزار مشکلات کے باوجود اگر مومن صبر سے کام لے تو اس میں کامیاب ہو جاتا ہے۔ صبر کے بغیر کوئی کامیابی حاصل نہیں کی جاسکتی۔ اللہ تعالیٰ صبر کرنے والوں کا ساتھ دیتا ہے۔

صبر' اللہ کی محبت کا ذریعہ

صبر کرنے والوں سے اللہ تعالیٰ محبت کرتا ہے' ارشاد ربانی ہے (ترجمہ) ''اور اللہ صبر کرنے والوں کو پسند کرتا ہے۔'' جنت میں اللہ تعالیٰ کے انعامات کی جگہ ہے اور یہ جگہ صبر کرنے والوں کو ملے گی۔

(شہناز ناصر......لاہور)

حضرت ادریس علیہ السلام

آپ شریعت اور آسمانی صحیفوں کی بہت زیادہ تعلیم دیا کرتے تھے۔ گزشتہ اور آئندہ آنے والے انبیاء علیہ السلام کے طریقے اوران کی تعلیمات کا درس دیتے تھے۔

لہٰذا پڑھانے کی اس کثرت کی وجہ سے آپ ادریس کے لقب سے ملقب ہوئے۔ آپ اس لقب سے اس قدر مشہور ہوئے کہ یہ نام اصل نام پر غالب آگیا اور لوگ آپ کو اسی نام سے یاد کرنے لگے۔ حضرت ادریس علیہ السلام صائم الدہر تھے۔ بوقتِ افطاری آپ کا کھانا بہشت سے آتا تھا اور جو بچ جاتا وہ واپس چلا جاتا تھا۔ ایک دن ملک الموت اللہ کے امر سے بہ شکلِ انسانی مہمان بن کر آپ کے پاس آئے۔ جب شام ہوئی تو افطاری کے لئے کھانا آیا تو آپ نے مہمان کو پیش کر دیا۔ اس نے کھانے کی طرف ہاتھ تک نہ بڑھایا۔

حضرت ادریس علیہ السلام اس کا حال دیکھ کر متعجب ہوئے اور سوچنے لگے "یہ شخص کون ہے؟" دوسرے دن آپ نے مہمان سے کہا: "صحرا میں چل کر تم میرے ساتھ اللہ کی قدرت دیکھو" وہ ساتھ ہولیا۔ ایک گندم کے کھیت کے قریب پہنچے تو مسافر نے کہا "چلو! اس کھیت سے چند خوشے کھائیں۔" "بڑے عجیب ہو رات حلال کھانا تو کھایا نہیں اور اب حرام کھانا چاہتے ہو۔" آپ نے کہا۔ چلتے چلتے وہ ایک باغ میں گئے۔ وہاں انگور لگے ہوئے تھے۔ اجنبی مسافر نے انگور کھانے کا ارادہ کیا اور اُدھر بڑھا۔

حضرت ادریس علیہ السلام نے دیکھا تو فرمایا" تصرف ملک غیر میں حرام ہے۔" وہ رک گیا۔ دونوں آگے بڑھے۔ سامنے ایک بکری نظر آئی۔ مسافر نے اسے کھانے کا قصد کیا تو آپ نے کہا۔" بیگانی بکری کو ذبح کر کے کھانا ممنوع ہے۔" اسی طرح تین دن گزر گئے۔ باہم گفتگو ہوتی رہی۔ اس کی حرکات غماز تھیں کہ بنی آدم میں سے نہیں ہے۔ آپ نے کہا۔" شاید تم میری جان قبض کرنے کے لئے آئے ہو۔" "نہیں میں تو صرف ملاقات اور خوش طبعی کے لئے آیا تھا" حضرت عزرائیل علیہ السلام نے کہا اور آسمانوں پر تشریف لے گئے۔

حضرت ادریس علیہ السلام اور آپ کے اصحاب کی مخالفت روز بروز بڑھتی جارہی تھی۔ ایک روز شدید ایذا رسانی کا سامنا کرنا پڑا جس کے آثار آپ کے چہرہ انور سے ہویدا تھے۔ اسی حال میں گھر پہنچے۔ ماں کا چہرہ خوشی سے تمتمار ہا تھا۔ پہلے کی طرح اس نے بیٹے کی دلجوئی نہیں کی۔" کیا بات ہے ماں آج بڑی خوش ہو۔" "تمہیں مبارک ہو بیٹا۔" "کس بات کی؟" آپ نے پوچھا۔" اللہ تعالیٰ نے تمہیں فرزند عطا فرمایا ہے۔" آپ نے سنا تو سب تکلیف وکلفت بھول گئے۔ اندر تشریف لے گئے۔ اہلیہ محترمہ کے پہلو میں ایک چاند سا بچہ لیٹا ہوا تھا۔ اس کی پیشانی مبارک سے نورِ محمدی ﷺ کی شعاع نکل رہی تھی جو کبھی آپ کی پیشانی اطہر میں تھی۔ آپ اپنے رب کا شکر بجالائے اور اس کی حمد وثنا بیان کرنے لگے۔

بیٹے کا نام متوشخ رکھا جس کے عربی زبام میں معنی منشرح ہیں۔ دشمنانِ دین کی ایذا رسانیوں اور تکالیف پہنچانے کے باوجود آپ پر ایمان لانے والوں کی تعداد میں ہر روز اضافہ ہوتا جارہا تھا۔

آپ کے عہد مبارک میں لوگ جب آپس میں تجارت کرتے تھے تو ناپ تول کے اوزان نہ تھے۔ اس سے دھوکے باز اور بے ایمان لوگوں کو سادہ لوح افراد کو لوٹنے کا اچھا خاصا موقع مل جاتا تھا۔ آپ نے ایسے باٹ اور اوزان کے پیمانے ایجاد کئے جس سے خرید وفروخت میں نہ صرف آسانی پیدا ہوگئی بلکہ لوگ دھوکہ بازوں کے ہاتھوں لٹنے سے بھی بچ گئے۔ آج کی دنیا میں جس نوع کے اوزان اور پیمانے مستعمل ہیں۔ ان کا سہرا حضرت ادریس علیہ السلام کے سر ہے۔ جب تول کر کوئی چیز دی جارہی ہوتی ہے تو اس اللہ کے ایک مرسل پیغمبر کی سنت ادا ہورہی ہوتی ہے اور کم تولنے میں اس رسول محترم کی سنت کی مخالفت کی جارہی ہوتی ہے۔ قومِ مدین پر عذاب الٰہی محض اس وجہ سے آیا تھا کہ وہ ناپ تول میں کمی کرتے تھے۔

حضرت ادریس علیہ السلام تمام امور سے فراغت کے بعد عبادت و ریاضت میں مصروف ہوجاتے۔ اس دوران میں آپ کی حکومت وسلطنت کے ایک رکن نے مصر میں گنبد حرماں تک تعمیرات کا سلسلہ شروع کیا تو آپ وہاں تشریف لے گئے اور تمام دنیا کی سیر کے بعد واپس تشریف لے آئے۔ دوران تبلیغ آپ اپنے پیروکاروں کو آنے والے انبیاء کی بشارت دیا کرتے تھے۔ طوفانِ نوح کے بارے میں بتایا کرتے تھے اور اس سے محفوظ رہنے کے طریقے بھی بتاتے تھے۔ اب آپ کے دل میں حیات ابدی کی تمنا پیدا ہوچکی تھی۔ آپ کا طائر روح قفسِ عنصری سے پرواز کر چکا تھا۔ ملائکہ نے آپ کی نماز جنازہ پڑھی اور بیت المعمور میں دفن کر دیئے گئے۔ سورہ مریم میں جو ہے کہ بلند کیا ہم نے ان کا مقام اس سے یہی مراد ہے۔

(نازیہ اقبال......کراچی)

> آپ کے عہد مبارک میں آپ نے ایسے باٹ اور اوزان کے پیمانے ایجاد کئے جس سے خرید وفروخت میں نہ صرف آسانی پیدا ہوگئی بلکہ لوگ دھوکہ بازوں کے ہاتھوں لٹنے سے بھی بچ گئے آج کی دنیا میں جس نوع کے اوزان اور پیمانے مستعمل ہیں۔ ان کا سہرا حضرت ادریس علیہ السلام کے سر ہے

عظیم روحانی بزرگ و
صوفی شاعر

حضرت لعل شہباز قلندرؒ

وادیٔ مہران، پیار، خلوص اور محبت کی وادی ہے۔ اس سرزمین کو قدرت نے بڑی عزت بخشی ہے۔ سندھ باب الاسلام ہے۔ وحدانیت ہے، رسالت اور اسلام کا پیغام اسی سرزمین سے برصغیر پاک و ہند میں آگے چلا۔ اسی پیغام الٰہی و توحید کی تبلیغ کا ثمر ہے کہ سندھ کے اندر لاکھوں اولیائے کرام و بزرگانِ دین تصوف کے رنگ میں رنگے ہوئے ہیں اور لاتعداد درویشوں اور فقراء نے یہاں جنم لیا۔ وادیٔ مہران کے حضرت سچل سرمست، شاہ عبدالکریم، قاضی قاضن، ابراہیم گرھوڑی اور سرتاج الشعراء شاہ عبد اللطیف بھٹائی نے اپنی فکر، پیغام اور کلام سے دینی تبلیغ کی اور لوگوں کی رہنمائی کی ہے۔

اس ضمن میں سب سے بڑا نام سندھڑی دے شہباز قلندر کا ہے۔ آپ کا نام سندھ کے اندر جس عزت واحترام سے لیا جاتا ہے اس کا اندازہ ہر خاص و عام کو ہے۔ لعل شہباز قلندر، سرزمینِ سندھ میں مدفن ہیں لیکن آپ کے لاکھوں عقیدت مند سرزمینِ پنجاب میں بھی "لعل موری پت رکھیو بھلا" گاتے نظر آتے ہیں۔ ہر سال عرس کے موقع پر سہون سرکار کے دربار میں حاضری دیتے ہیں اور عقیدت کے پھول چڑھاتے ہیں۔ وادیٔ مہران کے اس عظیم صوفی کا نام حضرت حاجی سید حافظ مخدوم شیخ الکبیر محمد عثمان مروندی ہے اور لقب "شہباز" قلندر ہے۔

آپ کی ولادت با سعادت ایران کے صوبہ آذر بائیجان کے ایک چھوٹے قصبے مروند میں ۵۶۱ھ مطابق ۱۱۷۷ء میں ہوئی۔ آپ کے مورث اعلیٰ عراق سے ہجرت کر کے مشہد آئے تھے اور وہاں سے مروند منتقل ہوگئے تھے۔ آپ کا شجرہ حضرت امام جعفر صادق سے جاملتا ہے۔ آپ کی تعلیم کا بندوبست آپ کی والدہ ماجدہ کی نگرانی میں ہوا۔ علومِ رسمی کے حصول کے علاوہ آپ نے سات برس کی عمر میں کلامِ پاک حفظ کرلیا۔ پھر حضرت شیخ منصور کی نگرانی میں علومِ مذہبی کی تکمیل کی، بلوغ کو پہنچنے پر آپ شیخِ وقت، بابا ابراہیم ولی کے حلقۂ ارادت میں شامل ہوئے جو حضرت موسیٰ کاظم کی اولاد میں سے ہیں اور سبزوار میں مقیم تھے اور حضرت سید شیخ مجد مفتی مصر کے مرید اور خلیفہ تھے۔

حضرت لعل شہباز قلندر شریعت، معرفت اور حقیقت مراقبہ، نفس کشی، فقر و فاقہ کی مکمل تربیت کے بعد عشقِ حقیقی اور خدمتِ خلق کے لئے تیار ہوگئے۔ اپنے مرشد کی اجازت سے آپ نے زیارتوں کے لئے سفر کا آغاز کیا اور نجفِ اشرف اور کربلائے معلیٰ کی زیارت سے اپنے سینے کو گنجینۂ فیوض بنایا۔ فریضۂ حج کی ادائیگی کے بعد آپ نے مروند کو خیر باد کہا اور ہندوستان کا رُخ کیا۔ راستے میں ساحلِ مکران، پسنی اور لاہوت لامکان میں قیام کیا اور بعد میں ملتان تشریف لائے۔ آپ کی ملتان کے اولیائے کرام سے ملاقاتیں ہوئیں۔

اسی زمانے میں آپ کی ملاقات ملتان کے گورنر شہزادہ خاں شہید فیروز سلطان بلبن سے بھی ہوئی۔ وہ آپ سے اس قدر متاثر ہوئے کہ انہوں نے آپ سے ملتان میں مستقل سکونت اختیار کرنے کی درخواست کی اور آپ کے لئے ایک خانقاہ تعمیر کروائی۔ ملتان میں قیام کے دوران آپ کو حضرت شیخ صدرالدین عارف سے بہت اُنس ہوگیا تھا۔ جن کے ساتھ آپ اکثر محفلِ سماع میں شریک رہے۔ کچھ عرصے کے بعد آپ پانی پت تشریف لے گئے اور حضرت بوعلی شرف الدین قلندر سے ملے۔ انہوں نے آپ کو سہوستان کی طرف کوچ کرنے کا مشورہ دیا جو سہون کہلاتا ہے۔ یہ علاقہ عرصہ دراز سے مبلغین سے خالی تھا لہٰذا آپ نے سندھ کی طرف رُخ کیا اور سہون شریف میں سکونت اختیار کرلی۔

جب حضرت لعل شہباز قلندر سہون میں تشریف لائے۔ ان دنوں ایک بزرگ حضرت سکندر، سہوستان کی پہاڑیوں میں عبادت و ریاضت کرتے تھے۔ ایک رات بزرگ کو خواب میں ارشاد ہوا کہ ایک مردِ قلندر آرہا ہے، وہ ظلمت کو نور میں تبدیل کردے گا۔ پھر اس بزرگ کی زبان پر یہ ورد جاری رہا کہ میرا مرشد قلندر آرہا ہے، جب لعل شہباز قلندر تشریف لائے تو ان بزرگ پر اپنی نظر کرم کی اور اتنے پیار سے پکارا کہ اس کا نام ہی "بودلا" یعنی بہت پیارا ہوگیا۔ حضرت بودلے کا مزار بھی شہباز قلندر کے مزار کے قریب ہی واقع ہے۔ زائرین مزارِ قلندر پر حاضری دینے کے بعد حضرت بودلے کے مزار پر بھی حاضری دیتے ہیں۔ شہباز قلندر کے دیوانوں اور فقیروں کا کہنا ہے کہ جب ان کے مرشد سہون شریف میں تشریف لائے تو آپ کی نورانی شکل دیکھ کر سہون شریف کے بزرگوں نے دودھ کا ایک پیالہ حضرت شہباز قلندر کی خدمت میں پیش کیا اور عرض کی کہ قبلہ سہون شریف میں تو پہلے ہی اتنے بزرگ اور اولیاء اللہ موجود ہیں کہ اب کسی کی کوئی گنجائش نہیں ہے، آپ کہیں دوسری جگہ تشریف لے جائیں۔

حضرت شہباز نے اپنی فقیرانہ گودڑی سے ایک گلاب کا پھول نکال کر اسے دودھ سے بھرے ہوئے پیالے میں ڈال دیا اور جب پھول نے دودھ میں تیرنا شروع کیا تو آپ نے فرمایا کہ میری جگہ یہ ہے۔ اس کے بعد آپ نے سندھ میں جو عروج حاصل کیا وہ اظہر من الشمس ہے۔ قلندر شہباز ہمیشہ سرخ لباس پہنتے تھے اور سرخ رنگ کو زیادہ پسند

کرتے تھے اور اسی سرخی کے ساتھ آپ نے سرزمینِ سندھ پر قدم رکھے۔ سندھ کے سرتاج الشعراء شاہ عبد اللطیف بھٹائی نے بھی اس در سے فیض حاصل کیا اور کئی سالوں تک حضرت لعل شہباز قلندر کی خدمت کی۔ بعض لوگوں کا کہنا ہے کہ شاہ عبداللطیف بھٹائی 'لعل شہباز قلندر کے پانی کے مٹکے بھرتے تھے۔ سندھ کے ہر چھوٹے اور بڑے بزرگ نے اس دربار سے اپنا تعلق ضرور رکھا ہے اور اپنی رہنمائی

اب بھی علاقے میں نظر آتے ہیں اور زائرین ہر سال عبرت کے ان نشانات کو دیکھتے ہیں۔ ایک روایت یہ ہے کہ جس جگہ شہباز قلندر کا مزار ہے اس جگہ کسی زمانے میں بدکار لوگ رہتے تھے۔ جب لعل شہباز قلندر نے اپنے قدم اس زمین پر رکھے اور اپنی تعلیم کو جاری کیا تو ان بدکاروں نے بھی خدا سے معافی مانگی اور نیک عمل اور نیک سیرت ہوگئے۔ سرخ لباس پہننے والے اسی مرشد کی اور بھی کئی

دھمال ہوتی ہے۔ نقارہ کی آواز پر دھمال کا آغاز ہوتا ہے۔ لوگ آگے پیچھے جھومتے ہوئے ''دما دم مست قلندر'' کے نعرے لگاتے ہیں۔ سہون شریف کے قریب پہاڑیوں میں ایک جگہ ہے جس کو لعل باغ کہا جاتا ہے اس جگہ آپ خاموشی سے بیٹھ کر رب العزت کی عبادت کرتے تھے۔

شہباز قلندر کی ساری ساری رات عبادتِ خداوندی میں گزرتی تھی اور دن کو خدا کی ذات سے بھٹکے ہوئے لوگوں کو عبادت' ریاضت' صبر وشکر نیکی اختیار کرنے کی راہ دکھاتے تھے۔ آپ کے فارسی کلام کا خاصا ذخیرہ موجود ہے جو اعلیٰ معیار پر اترتا ہے۔ آپ کا سارا کلام معرفتِ الٰہی میں ڈوبا ہوا ہے اور دین سے برگشتہ انسانوں کی راہ نمائی کرتا ہے۔

آپؒ کا شجر نسب حضرت امام جعفر صادق سے جا ملتا ہے

سات برس کی عمر آپؒ نے کلام پاک حفظ کر لیا تھا

سندھ کے متعدد بزرگان دین نے آپؒ سے روحانی فیض حاصل کیا ہے

حاصل کرنے کے لئے ہدایات حاصل کی ہیں۔ جس زمانے میں قلندر شہباز سہون میں تشریف لائے اس زمانے میں یہ شہر راجا چوپٹ کی راج دھانی تھا۔ راجا چوپٹ ایک عیاش طبع آدمی تھا۔ اس کی زندگی گناہوں میں گزرتی تھی۔ اس لئے وہ رعایا کے مسائل سے بے خبر رہتا تھا۔ ریاست میں ظلم اور اندھیرے کا دور تھا کسی کی کوئی فریاد نہیں سنی جاتی تھی۔ لاقانونیت' ظلم' تشدد ہر طرف نظر آتا تھا۔

اس زمانے سے یہ مقولہ مشہور ہے کہ ''اندھیر نگری چوپٹ راجا'' جب لعل شہباز قلندر کو راجا چوپٹ کے کرتوتوں کا پتا چلا تو اُنہیں جلال آگیا اور انہوں نے اس راجا کے ظلم کی نگری کو اُلٹ دیا۔ اس نگری کی تباہی کے آثار

کرامتوں کا ذکر آتا ہے۔ شہباز قلندر جب بارہ سال کی عمر کے تھے تو اپنے دوستوں کے ساتھ جنگل جا کر رقص کرتے اور اس قدر مست ہوجاتے کہ آپ کو کسی کانٹے یا پتھر کی چوٹ کا احساس تک نہیں ہوتا تھا۔ بعض اوقات آپ کا سارا جسم خون سے تر ہو جاتا تھا۔ آپ کی یہ حالت بچپن ہی سے تھے اور جوانی میں بھی جاری رہی۔ قلندر شہباز کو اس طرح وجد کی حالت میں رقص کرتے ہوئے اس زمانے کے لاکھوں لوگوں نے دیکھا بعد میں اس رقص کا نام ''دھمال'' ہوگیا اور آج بھی سہون شریف میں اسی روایت کو زندہ کیا جاتا ہے۔

صبح وشام ایک خاص قسم کے وجد کا سماں رہتا ہے اور

حضرت لعل شہباز قلندر کے مرید اپنے مرشد کا کلام اور ان کے ارشادات کو زبانی یاد کرتے ہیں اور ان پر عمل کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ حضرت لعل شہباز قلندر نے ۶۷۳ھ میں ۱۱۲سال کی عمر میں اس فانی دنیا سے کوچ کیا۔

سہون شریف میں آپ کا مقبرہ فیروز تغلق نے تعمیر کروایا تھا جو فن تعمیر کا نادر نمونہ ہے۔ ہر سال 18 شعبان کو آپ کا عرس منایا جاتا ہے۔ لاکھوں کی تعداد میں لوگ پورے ملک سے مرشد کو اس نگری میں سلام کرنے آتے ہیں۔

(اسماء زبیر......لاڑکانہ)

J001121

بکھرے موتی

☆جب کوئی مسلمان میوہ دار درخت لگاتا ہے اور اس کے میوے پرندے' جانور اور انسان کھاتے ہیں تو وہ درخت قیامت تک کیلئے اس شخص کے لئے صدقہ جاریہ بن جاتا ہے۔

☆جو شخص اپنا غصہ نکال لینے کی طاقت رکھتا ہو اور پھر صبر کر جائے۔ اس کے دل کو خدا اطمینان اور ایمان سے لبریز کر دیتا ہے۔

☆اپنے کسی بھائی کو مشکل میں دیکھ کر خوش مت ہو' ممکن ہے اللہ اسے مشکل سے نکال کر تمہیں مشکل میں ڈال دے۔

☆آنکھ' دل کا دروازہ ہے اس کی حفاظت کرو کہ تمام آفات اسی راہ سے داخل ہوتی ہیں۔

☆ ماں باپ کی رضامندی دنیا میں موجبِ دولت اور آخرت میں باعث نجات ہے۔

☆اگر کوئی شخص اپنے اندر غرور پاتا ہے تو یہ اس کے احساس کمتری کی وجہ سے ہوتا ہے۔

☆جو عیب سے آگاہ کرے گا وہ دوست ہے اور منہ پر تعریف کرنا گویا ذبح کرنا ہے۔

☆ہر شے کا ایک حسن ہوتا ہے اور نیکی کا حسن یہ ہے کہ فوراً توبہ کی جائے۔

☆علم بغیر عمل کے وبال ہے اور عمل بغیر علم کے تباہی ہے۔

(زاہد جمال......کراچی)

☆ ۲۴ اگست تا ۲۳ ستمبر

☆ حرف = پ

☆ علامت = کنواری دوشیزہ

☆ عنصر = مٹی

☆ سیارہ = عطارد

☆ مزاج = راسخ

☆ خوش قسمتی کا ہندسہ = 5

☆ موافق رنگ = نیلا' بنفشی' آسمانی

☆ موافق پتھر = پکھراج

☆ مثبت خصوصیات = ذہنی شگفتگی' حسن اخلاق' دیانت داری

☆ منفی خصوصیات = خوف' احساس کمتری' بے جا نکتہ چینی

☆ اسد کے بہترین ساتھی = ''جدی اور ثور'' افراد ہوتے ہیں

☆ دوسرے درجے پر بہترین ساتھی = میزان' عقرب' اسد اور سرطان افراد ہوتے ہیں

سنبلہ مرد: سنبلہ مرد ہر چیز کو مکمل دیکھنا چاہتے ہیں' یہ اپنی ذات کو بھی ہمیشہ تنقیدی نظر سے دیکھتے ہیں۔ ان میں دوستی کا جذبہ ہوتا ہے لیکن ساتھ ہی ساتھ کم آمیز بھی ہوتے ہیں' یہ فکر میں ڈوبے رہتے ہیں۔ یہ کسی خاص صورت حال یا کسی خاص شخص کے بارے میں فوراً اندازہ لگا لیتے ہیں' بہت خوش اخلاق ہوتے ہیں۔ اس برج سے تعلق رکھنے والے مرد بنیادی طور پر حقیقت پسند ہوتے ہیں لیکن اپنے جذبات کا پرخلوص اظہار بھی چاہتے ہیں' یہ مجموعی طور پر نرم مزاج ہوتے ہیں لیکن کبھی کبھی معمولی سی بات پر بھی ہنگامہ کھڑا کر دیتے ہیں۔ یہ اس قدر ذہین اور محنتی ہوتے ہیں کہ سونے میں تولے جانے کا حق رکھتے ہیں۔ وہ محنت زیادہ کرتے ہیں لیکن تفریح کی طرف زیادہ رجحان نہیں رکھتے۔ ان میں عزت نفس کی کمی ہوتی ہے۔ سنبلہ مرد اپنے فرائض کا سلسلہ بہت طویل رکھتے ہیں لیکن اپنے حقوق کا مطالبہ کرنے سے کتراتے ہیں۔ اس طرح وہ اپنی ذات کی نفی کر کے عزت نفس میں کمی کرتے ہیں۔ وہ ہمیشہ اوپر والے ہاتھ کو نیچے والے ہاتھ سے بہتر سمجھتے ہیں۔ سنبلہ مرد جس پیشے کا بھی انتخاب کریں اس میں کامیابی حاصل کرتے ہیں لیکن ان کا مقصد محض کامیابی حاصل کرنا نہیں ہوتا بلکہ سنبلہ مرد چاہتا ہے کہ وہ جو بھی کام کرے اسے مہارت اور سلیقے کے ساتھ کرے۔ سنبلہ مرد عام طور پر کھانے پینے کے لئے اچھے ہوٹلوں اور تفریح کے لئے تھیٹروں میں جانا پسند کرتے ہیں۔ یہ مرد ایک بات قطعی طور پر برداشت نہیں کرتے اور وہ ہے سستی اور کاہلی۔ شوہر کی حیثیت سے سنبلہ مرد کافی وفادار ہوتے ہیں لیکن یہ لوگ اس بات کا زیادہ اظہار نہیں کرتے۔ اگرچہ یہ لوگ رومان پسند نہیں ہوتے لیکن زندگی کی طویل راہ میں یہ ایک عورت کے لئے ایک اچھے جیون ساتھی کی حیثیت رکھتے ہیں۔ باپ کی حیثیت سے بھی سنبلہ مرد بہترین شخص ہوتے ہیں۔ سنبلہ مرد ٹھنڈے مزاج کے ہوتے ہیں اور اگر خطرہ محسوس کریں تو فوراً اپنا دفاع کرتے ہیں۔ بُرے وقت کے لئے پہلے ہی سے روپیہ پیسہ جمع کر کے رکھتے ہیں۔ سنبلہ مرد اپنے روپے پیسے کے بارے میں کسی کو خبر نہیں ہونے دیتے۔ سنبلہ مرد بہت خوش اخلاق اور پُرخلوص ہوتے ہیں لیکن بعض اوقات یہ ایسا رویہ اختیار کرتے ہیں کہ لوگ ان کے بارے میں طرح طرح کی قیاس آرائیاں کرتے ہیں اور ان کی نکتہ چینی کی عادت سے پریشان رہتے ہیں یہ اپنا ہر کام بڑی ترتیب سے اور صفائی سے کرتے ہیں۔ بظاہر ایسا محسوس ہوتا ہے کہ محبت کے معاملے میں بہت سرد مزاج ہیں اور محبت کے اظہار سے گریز کرتے ہیں لیکن حقیقتاً ایسا نہیں ان مردوں کی مثال اس پانی کی طرح ہے جسکی سطح جتنی پرسکون ہوگی گہرائی اتنی ہی زیادہ ہوگی۔ سنبلہ سے تعلق رکھنے والے مردوں کو اگر کسی مقصد سے دلچسپی ہو تو اس کے لئے تن من دھن سب کچھ قربان کر دیتے ہیں اور بالآخر کامیابی حاصل کر کے رہتے ہیں۔ سنبلہ مرد صرف ان لوگوں سے گرم جوشی سے ملتے ہیں جنہیں یہ اچھی طرح سے جانتے ہوں۔ سنبلہ مردوں کو حصول مسرت کے لئے ایک پرسکون ساتھی اور مضبوط بنیاد کی ضرورت ہوتی ہے' سنبلہ مرد اپنے بنیادی نظریات میں ردو بدل نہیں کرتا۔

سنبلہ عورت: سنبلہ عورت اکثر ایک لیڈر' استاد یا سربراہ ہوتی ہے اس برج سے تعلق رکھنے والی عورتیں بہت تیز فہم ہوتی ہیں۔ سنبلہ عورت اپنی ذات میں ایک انجمن ہوتی ہے۔ وہ ذرائع کو مجتمع کرنا اور ان کا استعمال کرنا بخوبی جانتی ہیں اور ان ذرائع کو منظم انداز سے اپنے عزیز و اقارب کی فلاح و بہبود کے لئے استعمال کرتی ہے۔ وہ بے شمار دوست بنانے کا رجحان رکھتی ہے۔ سنبلہ عورت تنقید کرنا بھی پسند کرتی ہے لیکن اس کی تنقید لوگوں میں تبدیلی لانے کی خواہش کے بجائے اضطرابی بہاؤ کا نتیجہ ہوتی ہے۔ یہ وفاداری کا رجحان رکھتی ہے اور اپنے متعلقین کی خوبیوں کی تعریف کرنے' ان کی غلطیوں کو قبول کرنے اور ان کی پشت پناہی کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔ یہ عورتیں عموماً سماجی حیثیت اور دولت سے متاثر ہوتی ہیں۔ اس لئے اعلیٰ سماجی حیثیت اور دولت انکا دل جیتنے میں مددگار ثابت ہوتی ہے۔ سنبلہ عورتیں روایتی قسم کی خوبیوں کو پسند کرتی ہیں۔ زندگی کے بارے میں ان عورتوں کا نقطۂ نظر بالکل واضح ہوتا ہے کبھی کبھی یہ قنوطیت کا ثبوت دیتی ہیں نکتہ چینی کرنے لگتی ہیں اور ہنگامہ کھڑا کر دیتی ہیں۔

یہ وظائف برج سنبلہ سے تعلق رکھنے والے افراد کے لئے ہیں

سنبلہ افراد کے لئے

خاص وظائف

ان صفحات پر موجودہ برج کے حساب سے علم نجوم اور علم کشف کی روشنی میں وظائف تجویز کئے جاتے ہیں۔ ۲۴ اگست تا ۲۳ ستمبر کے درمیان پیدا ہونے والوں کا برج سنبلہ VIRGO ہے۔ اگر آپ کی تاریخ پیدائش بھی اس برج یعنی سنبلہ (VIRGO) میں ہے تو آپ بھی اپنے مسائل کے حل کے لئے درج ذیل وظائف کر سکتے ہیں۔ یہ وظائف اگست ۲۰۰۸ء سے شروع کر کے ۹۰ دن تک مسلسل پڑھیں۔ خواتین ناغے کے دنوں کا شمار بعد میں کرلیں۔ ان وظائف سے پہلے اور آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور اس بات پر پوری طرح یقین رکھیں کہ آپ کے مسائل صرف اور صرف اللہ تعالیٰ ہی حل کر سکتا ہے۔

یہ وظائف عشاء کی نماز کے بعد (ستتر) ۷۷ بار پڑھیں

رزق میں کشادگی کے لئے

- اگر آپ لوہے کا کام کرتے ہیں تو اللہُ القائمُ الکریم پڑھیں
- اگر آپ پلاسٹک کا کام کرتے ہیں تو اللہُ النورُ الودود پڑھیں
- اگر آپ کپڑے کا کام کرتے ہیں تو اللہُ الودودُ الواحد پڑھیں
- اگر آپ ملازمت پیشہ ہیں تو اللہُ الواجدُ الماجد پڑھیں
- اگر آپ سونے یا چاندی کا کاروبار کرتے ہیں تو اللہُ الجامع ُ الجلیل پڑھیں
- اگر آپ کا کاروبار الیکٹرونک کے سامان کا ہے تو اللہُ الظاہرُ الباطن پڑھیں
- اگر آپ ہول سیل میں ڈیل کرتے ہیں تو اللہُ الرحمٰنُ الرحیم پڑھیں
- اگر آپ ریٹیل کا کام کرتے ہیں تو اللہُ السلامُ القدوس پڑھیں
- اگر آپ صحافت کے پیشے سے منسلک ہیں تو اللہُ الوارثُ الوکیل پڑھیں
- اگر آپ گاڑیوں کا کام کرتے ہیں تو اللہُ الباعثُ الشہید پڑھیں
- اگر آپ کمپیوٹر کے شعبے سے منسلک ہیں تو اللہُ الصابرُ الصبور پڑھیں
- اگر آپ کی اپنی ذاتی دکان ہے تو اس میں برکت کے لئے اللہُ المعزُ العزیز پڑھیں
- اگر آپ ڈاکٹر ہیں تو اللہُ النورُ الجامع پڑھیں
- اگر آپ امپورٹ ایکسپورٹ کا کام کرتے ہیں تو اللہُ الواحدُ الوارث پڑھیں
- اگر آپ ٹیچر ہیں تو اللہُ الاوّلُ الآخر پڑھیں
- اگر آپ فرنیچر کا کام کرتے ہیں تو اللہُ الغفورُ الشکور پڑھیں
- اگر آپ کا کاروبار اشیاء خوردونوش کی فروخت کا ہے تو اللہُ الستارُ الرشید پڑھیں
- اگر انتھک محنت کے باوجود رزق میں تنگی ہو تو اللہُ الرشیدُ المجید پڑھیں

گھریلو مسائل

- اگر گھر میں جھگڑے رہتے ہیں تو اللہُ الباسط ُ النور پڑھیں
- اگر گھر میں بے برکتی ہو تو اللہُ الرحمٰنُ الرحیم پڑھیں
- اگر گھر میں چوری کا خطرہ ہو تو اللہُ الظاہرُ الباطن پڑھیں
- اگر سنبھالی ہوئی چیزیں غائب ہو جاتی ہوں تو اللہُ الخبیرُ الواحد پڑھیں
- اگر میاں بیوی کے درمیان اختلافات ہوں تو اللہُ النورُ الخبیر پڑھیں
- اگر میاں بیوی پر شک کرے تو بیوی اللہُ العظیمُ الشکور پڑھے
- اگر بیوی شوہر پر شک کرے تو شوہر اللہُ العلیُ الکبیر پڑھے
- بہن بھائیوں میں جھگڑے رہتے ہوں تو اللہُ الباعثُ الواحد پڑھیں
- بہو اور ساس کے جھگڑے ہوں تو اللہُ الحسیبُ الجلیل پڑھیں
- اگر بھابی اور نندیں آپس میں جھگڑتے ہوں تو اللہ اللطیفُ الخبیر پڑھیں
- اگر رشتہ داروں سے ذاتی اختلافات ہوں تو اللہُ الرقیبُ الرافع پڑھیں
- اگر رشتہ داروں سے خاندانی اختلافات ہوں تو اللہُ الودودُ الوارث پڑھیں
- اگر بھائیوں میں اختلاف رہتا ہو تو اللہُ الجلیلُ الوکیل پڑھیں
- اگر بہنوں میں اختلاف رہتا ہو تو اللہُ الواحدُ الودود پڑھیں
- اگر گھر کے بیٹے قابو سے باہر ہو جائیں تو اللہُ العزیزُ الوارث پڑھیں
- گھر کی بہو گھر اور گھر والوں کو نقصان پہنچا رہی ہو تو اللہُ الحکیمُ العلیم پڑھیں
- اگر آپ خوبصورت ہیں اور شوہر کو آپ میں کشش محسوس نہ ہوتی ہو تو اللہُ النورُ الجامع پڑھیں
- اگر آپ کی بہنیں آپ سے حسد کرتی ہوں تو اللہُ الھادیُ الکریم پڑھیں

۞ اگر بیٹی کی شادی میں رکاوٹ ہو تو اللہُ الجامعُ الباسط پڑھیں

۞ اگر بیٹے کی شادی میں رکاوٹ ہو تو اللہُ المالکُ الملک پڑھیں

۞ اگر آپ محسوس کریں کہ یہ سب جادو کا اثر ہے تو اللہُ الرحمٰنُ النور پڑھیں

اولاد کے مسائل

۞ اگر شادی کو کافی عرصہ گزر چکا ہو اور اولاد نہ ہوتی ہو تو اللہُ الظاہرُ الکریم پڑھیں

۞ اگر اولاد ہوتی ہو اور بعد میں اللہ کو پیاری ہو جاتی ہو تو اللہُ الواحدُ الخالق پڑھیں

۞ اگر اولاد ابنارمل پیدا ہو تو اللہُ المتینُ المالک پڑھیں

۞ اگر بچے معذور پیدا ہوتے ہوں تو اللہُ الخالقُ الکریم پڑھیں

۞ اگر ڈاکٹر زیہ کہتے ہوں کہ باپ میں جراثیم کی کمی ہے تو اللہُ الصبورُ الشکور پڑھیں

۞ اگر عورت میں کوئی خرابی ہو تو اللہُ الحیُّ القیوم پڑھیں

۞ اگر مسلسل علاج کے باوجود فائدہ نہ ہوتا ہو تو میاں بیوی دونوں اللہُ الواحد الجامع پڑھیں

۞ اگر ماں باپ کو اولاد نرینہ کی خواہش ہو تو اللہُ الجلیلُ الکبیر پڑھیں

۞ اگر ماں باپ کو لڑکی کی خواہش ہو تو اللہُ الرافع الرحیم پڑھیں

جسمانی مسائل

۞ اگر آپ کے سر میں مستقل درد ہوتا ہو تو اللہُ الحسیبُ الجلیل پڑھیں

۞ اگر سر کے آدھے حصے میں (درد شقیقہ) ہوتا ہو تو اللہُ المالکُ المتین پڑھیں

۞ اگر آپ کی یادداشت کمزور ہے تو اللہُ الرافعُ الرؤف پڑھیں

۞ اگر آپ کے بال گرتے ہوں تو (عورتوں کے لئے) اللہُ الباعثُ الشکور پڑھیں

۞ اگر آپ کے سر میں خشکی ہو تو اللہُ المؤمنُ المھیمن پڑھیں

۞ اگر آنکھوں میں جلن رہتی ہو تو اللہُ العزیزُ الستار پڑھیں

۞ اگر آپ کی بینائی کمزور ہو تو اللہُ النورُ الظاہر پڑھیں

۞ اگر آپ امراض قلب میں مبتلا ہوں تو اللہُ الحقُ الحکیم پڑھیں

۞ اگر آپ کے پورے جسم میں درد رہتا ہو تو اللہُ الرافع الودود پڑھیں

۞ اگر آپ کے جوڑ پٹھوں میں درد رہتا ہو تو اللہُ الحقُ الوکیل پڑھیں

۞ اگر آپ سانس کی تکلیف میں مبتلا ہیں تو اللہُ الجامعُ الحکیم پڑھیں

۞ اگر ہاتھوں میں لرزش ہو تو اللہُ المجیبُ الواسع پڑھیں

۞ اگر جسم کا کوئی حصہ مستقل سن ہو گیا ہے تو اللہُ التوابُ الرحیم پڑھیں

۞ اگر چہرے پر بے رونقی ہو تو اللہُ الحسیبُ المصور پڑھیں

۞ اگر آپ خوبصورت ہوں مگر کچھ عرصے پہلے چہرے پر جھائیوں نے ڈیرہ ڈال دیا ہو تو اللہُ الربُ النور پڑھیں

۞ اگر نزلہ زکام یا کان ناک اور گلے کی بیماریاں ہوں تو اللہُ الھادیُ الرزاق پڑھیں

برج (ستاروں) کے حساب سے خاص وظائف کیا ہوتے ہیں؟

ہر انسان کی پیدائش اس کی تخلیق اس کا دنیا میں آنا ایک خاص وقت سے منسلک ہے۔ علم نجوم کے حساب سے کسی انسان کی پیدائش کی تاریخ اور وقت ایک خاص برج سے تعلق رکھتا ہے۔ اور اس برج سے مخصوص رنگ، عدد، پتھر، جڑی بوٹی، پھول، دن وغیرہ۔ اس برج میں پیدا ہوئے انسان کے لئے بہت فائدہ مند ثابت ہوتے ہیں۔

علم نجوم اور علم روحانیات کے ماہرین کی تحقیق کے مطابق برجوں (Stars) کا اثر انسان کی روحانیت پر بھی ہوتا ہے اور برجوں کے مطابق روحانی عمل یا وظیفہ زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔ ادارہ ''روشنی'' نے مختلف برجوں کے حساب سے مختلف وظائف تشکیل دیئے ہیں۔ جو موجودہ برجوں (یعنی جو برج چل رہا ہو) میں پیدا ہونے والے افراد کے لئے بہت مفید ہیں۔

ذیل میں برج سنبلہ کے لئے وظائف شائع کئے جا رہے ہیں جو کہ برج سنبلہ میں پیدا ہونے والے افراد کے لئے مخصوص ہیں اور مختلف مسائل کے حل کے لئے پڑھے جاسکتے ہیں۔

نفسیاتی مسائل

۞ اگر نیند نہ آتی ہو تو اللہُ السمیعُ البصیر پڑھیں

۞ اگر چھوٹی چھوٹی باتوں پر دل گھبرا جاتا ہو تو اللہُ النورُ المالک پڑھیں

۞ اگر آپ میں خود اعتمادی کی کمی ہو تو اللہُ اللطیفُ الخبیر پڑھیں

۞ اگر آپ میں قوت فیصلہ کی کمی ہو تو اللہُ العلیُّ الکبیر پڑھیں

۞ اگر ذہن میں گھر والوں کے خلاف خیالات آتے ہوں تو اللہُ الرزاقُ الفتاح پڑھیں

۞ بلاوجہ گھبراہٹ اور انجانے خوف کے لئے اللہُ الرحمٰنُ الرحیم پڑھیں

روحانی مسائل

۞ آپ سے لوگ حسد کرتے ہوں اور ترقی کی راہ میں رکاوٹ ڈالتے ہوں تو اللہُ الوارثُ الوکیل پڑھیں

۞ اگر عبادت میں دل نہ لگتا ہو تو اللہُ الواحدُ النور پڑھیں

۞ اگر ارد گرد کسی انجانی طاقت کے ہونے کا احساس ہو تو اللہُ الظاہرُ الباطن پڑھیں

۞ اپنی روحانی طاقتوں کو بیدار کرنے کے لئے اللہُ الخالقُ الکبیر پڑھیں

۞ جادو ٹونے کے وہم سے بچنے کے لئے اللہُ الجبارُ العزیز پڑھیں

۞ کسی کو اپنے بس میں کرنے کے لئے اللہُ القدوسُ السلام پڑھیں

برج سنبلہ کے زیر اثر پیدا ہونے والوں کا حرف

غ

ستارہ: عطارد موافق رنگ: سبز، بنفشی، سیاہ موافق پتھر: عقیق، سنگ سلیمانی، ترمرے موافق دھات: ٹن، سیماب عددی قیمت: 1000

نام	اعداد	معانی
غزل	1037	شاعری کی صنف، عورتوں سے باتیں کرنا
غفاری	1291	عرب کے ایک قبیلے غفار سے تعلق رکھنے والا، حضرت ابوذر غفاریؓ کا لقب
غمامہ	1086	بادل، ابر
غزالی	1048	ایک مشہور عالم امام غزالیؒ کا لقب، روئی کاتنے والا
غیاض	1811	شہر کی جھاڑی، جنگل، کچھار
غزالہ	1043	چڑھتا ہوا سورج، ہرنی
غادہ	1010	نازک اندام عورت، نازک خاتون
غاسق	1161	رات، پروین، چاند، ثریا
غالیہ	1046	عنبر مشک کافور سے بنائی جانے والی مشہور خوشبو
غازی	1018	بہادر، کافروں سے جہاد میں بچ جانے والا، کافروں کو قتل کرنے والا
غالب	1033	زبردست، غلبہ والا، اکثر، بیشتر
غضنفر	2130	بہادر آدمی، شیر، شیر دل، شیر ببر
غفار	1281	اللہ تعالیٰ کا صفاتی نام، بخشش کرنے والا، بڑا چھپانے والا

نام	اعداد	معانی
غفران	1331	معافی، بخشش، گناہ معاف کرنا
غفور	1286	اللہ تعالیٰ کا صفاتی نام، معاف کرنے والا، گناہوں کو چھپانے والا
غنی	1060	دولت مند، آسودہ، بے نیاز، تونگر، حضرت عثمانؓ کا لقب
غوث	1506	زیادرس، مددگار، ولایت الٰہی کا ایک درجہ
غیاث	1511	سننے والا، فریاد کو پہنچنے والا، فریادرس
غیور	1216	اللہ تعالیٰ کا صفاتی نام، غیرت مند، عزت والا، بہت رشک کرنے والا
غزال	1038	ہرن، چڑھتا سورج
غاصف	1171	عیش ونشاط، پرمسرت، خوش، آسودہ حال
غوری	1216	خبر گیری کرنے والا، مزاج پرسی کرنے والا
غفاء	1051	راگ، دولتمندی، تونگری
غانیہ	1066	بے نیاز عورت، پارسا عورت
غفیر	1290	بہت ڈھانپنے والا، بہت چھپانے والا
غیث	1510	مینہ، بارش

پیاری باتیں

مال و دولت

❁ کسی بزرگ کا قول ہے: ''مال و دولت کے حاصل کرنے میں پانچ نقصانات ہیں۔
(1) اس کے جمع کرنے میں محنت مشقت برداشت کرنی پڑتی ہے۔
(2) مال کی نگرانی وحفاظت کے باعث اللہ کی یاد سے غفلت ہوجاتی ہے۔
(3) مال کے چھن جانے اور چوری ہونے کا کھٹکا لگا رہتا ہے۔
(4) لوگوں میں بخیل کے مذموم نام سے پکارے جانے کا خدشہ لگا رہتا ہے۔
(5) مال کی وجہ سے بندگان صاحب دل کی جدائی گوارا کرنی پڑتی ہے۔
اور مال و دولت سے کنارہ کش رہنے کی صورت میں پانچ فوائد حاصل ہوتے ہیں
(1) اس کی طلب میں جو سختیاں جھیلنی پڑتی ہیں' ان سے نجات مل جاتی ہے۔
(2) ان کی نگہداشت میں جو وقت صرف ہوتا ہے' وہ خدا کی یاد کے لئے مل جاتا ہے۔
(3) مال کو چھیننے اور چرانے والے سے امن وسکون مل جاتا ہے۔
(4) لوگوں میں سخی کے نام سے مشہور ہوجاتا ہے۔
(5) حصول دولت کے گورکھ دھندوں سے دور رہنے کی وجہ سے خدا کے نیک بندوں سے ملنے جلنے اور ان کے فیوض و برکات سے استفادہ کرنے کا موقع ملتا ہے اور زندگی سکھ وچین سے بسر ہوتی ہے۔

(فرزانہ مجاہد......کراچی)

روشن بات

❁ یحییٰ بن معاذؒ اپنے وقت کے بڑے بزرگ گزرے ہیں' وہ فرماتے ہیں کہ
☆ دنیا ایک ویرانہ ہے اور اس سے بھی ویران وہ دل ہے جو دنیا کو آباد کرے' آخرت ایک آبادی ہے اور اس سے زیادہ وہ دل شاداب ہے جو اس کو آباد کرے۔
☆ تمہارا بھائی وہ ہے جو تمہارے عیوب سے تم کو مطلع کرے' تمہارا دوست بھی وہ ہے جو گناہوں سے تم کو باز رکھے۔
☆ وہ فرماتے تھے کہ ایک شخص اپنے مال کے ضائع ہونے پر بہت غمگین ہوتا ہے لیکن ہر روز زندگی کم ہوتی جارہی ہے اس پر کوئی غم نہیں۔ رات لمبی ہوتی ہے لیکن تم اس کو اپنے سونے سے ضائع نہ کرو۔ دن روشن ہوتا ہے' اس کو اپنے نگاہوں سے تاریک نہ کرو۔ فرماتے تھے کہ عقل مند شخص وہ ہے جو دنیا کو چھوڑ دے' اس سے پہلے کہ دنیا اس کو چھوڑ دے اور اپنی قبر پہلے تیار کرلے' اس سے پہلے کہ اس کو اس میں داخل کیا جائے اور اپنے رب کو راضی کرلے' اس سے پہلے کہ وہ اس کی بارگاہ میں حاضر ہو۔

(فائزہ شکور......حیدرآباد)

نیکی اور بھلائی

❁ حضرت عمرؓ کا ارشاد ہے کہ میں نے تمام رشتے داروں اور دوستوں کو پرکھ کر دیکھ لیا ہے' لیکن زبان کی نگہداشت سے بڑھ کر مخلص اور مفید دوست کسی کو نہیں پایا۔ کیونکہ زبان کی بے لگامی ہی سے تمام بے ہودگیوں کا صدور ہوتا ہے اور اسے بچائے رکھنے میں ہر قسم کی سلامتی ہے۔ میں نے تمام پوشاکوں کا معائنہ کرلیا ہے' مگر پرہیزگاری سے بہتر کوئی پوشاک نہیں دیکھی۔ ہر قسم کا مال ومتاع میری نگاہوں سے گزرا ہے' لیکن قناعت وکفایت شعاری سے کوئی عمدہ خزانہ مجھے اب تک نظر نہیں آیا۔ میں نے ہر قسم کی نیکیوں اور بھلائیوں کا مشاہدہ کیا ہے لیکن خیرخواہی' خیرطلبی' خیراندیشی اور خیرسگالی سے بہتر کوئی نیکی نہیں ہے۔

(شازیہ جاوید......سانگھڑ)

خوش بیانی کا اثر

❁ ایک غلام اپنے بادشاہ سے کسی بات پر ناراض ہوکر بھاگ گیا۔ بادشاہ نے اسے تلاش کرایا مگر وہ نہ مل سکا۔ پھر جب کبھی واپس آیا تو سابقہ ناراضگی کی وجہ سے بادشاہ نے جلاد سے کہا کہ اسے قتل کردے۔ شاہی حکم پر جلاد نے ایسے تلوار نکالی جیسے پیاسے نے زبان نکالی رکھی ہوتی ہے زندگی سے مایوس ہوکر غلام نے اللہ سے عرض کیا کہ یا اللہ میں نے بادشاہ کو اپنا خون معاف کردیا کیونکہ میں نے ہمیشہ اس کے انعام واکرام پر زندگی گزاری ہے اور اس کی دولت واقبال میں میری صبحیں اور شامیں گزری ہیں میں نہیں چاہتا کہ کل کو میرے خون بہانے کے دعوے میں اس کی گرفتاری ہو'بادشاہ نے جب اس کی یہ باتیں سنیں تو سارا غصہ کافور ہوگیا۔ جوش مسرت سے اس کو بوسہ دینا لگا پھر اسے اونچا منصب دیا۔ جس میں جھنڈا اور نقارہ لازمی تھا۔ یہ خوش بیانی اور نرم گرفتاری کا اثر تھا کہ وہ اتنے خوفناک مقام سے بچ کر صاحب دولت واقبال ہوگیا۔ جس طرح آگ پانی سے بجھ جاتی ہے اسی طرح نرم بیانی غصے کو دور کردیتی ہے۔

(ثمرینہ رضوان......کراچی)

کا

وقت کا صحیح استعمال

آج کے انسان کی زندگی دن بدن مصروف تر ہوتی جارہی ہے ایسے میں ہم اپنے اردگرد اکثر و بیشتر یہ باتیں سنتے ہیں: ''ارے بھائی! میرے پاس وقت نہیں ہے' تم نے تو میرا سارا وقت ضائع کردیا۔'' بھاگتے دوڑتے چلتے پھرتے وقت کی اس گھڑی میں ہمارے پاس وقت نہیں رہتا۔ یہ بالکل صحیح بات ہے کہ وقت کسی کا انتظار نہیں کرتا' چاہے کچھ بھی ہوجائے' گھڑی کی سوئی اپنی اسی رفتار سے رواں دواں رہتی ہے' چاہے وہ خوشیوں کے حسین لمحات ہوں یاغم کے نازک پل' وقت ہر چیز کو پیچھے چھوڑ جاتا ہے۔

اسٹوڈنٹ لائف ہر نوجوان کے لئے ایک پُرسکون لائف ہوتی ہے جس میں نوجوانوں کو کوئی ٹینشن نہیں ہوتی اور وہ اپنے وقت کا آزادانہ استعمال کرتے ہیں۔ صبح کالج گئے' واپس گھر آگئے' کھانا کھایا اور پھر دوستوں کے ہمراہ باہر نکل گئے۔ ایسے میں دو پہلو سامنے آتے ہیں۔ ایک تو وہ نوجوان جو وقت کی نزاکت کو سمجھتے ہوئے اپنا ایک ایک لمحہ قیمتی جانتے ہیں اور اپنا وقت کسی مثبت سرگرمی میں خرچ کرنے کی کوشش کرتے ہیں' دوسرے وہ نوجوان جو فیشن پرستی کا شکار ہیں' کالج بھی اپنا وقت پاس کرنے جاتے ہیں' جو اپنے وقت کو وقت نہیں بلکہ لطف اندوز ہونے کا ذریعہ سمجھتے ہیں اور وقت کا بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔

اکثر نوجوان رات کو دیر تک اپنے دوستوں کے ہمراہ باہر گھومتے ہیں۔ اسی طرح رات کو دیر تک جاگنا فیشن بن گیا ہے لیکن اس کے کچھ منفی اثرات بھی مرتب ہوتے ہیں جس سے ہم بے خبر ہیں۔ جن میں سے ایک یہ ہے کہ ہم صبح جلدی نیند سے بیدار نہیں ہوسکتے اور دوسرے یہ کہ نیند پوری نہ ہونے سے صحت پر بھی بُرا اثر پڑتا ہے۔

نیند پوری نہ ہونے کے باعث وہ بہت سے مسائل کا شکار ہوجاتے ہیں۔ ذرا پرندوں کو دیکھیں' یہ کس قدر سختی سے وقت کی قدر کرتے ہیں اور اپنے طریقے کے مطابق کام کرتے ہیں جیسے ہی مغرب ہوتی ہے' سب پرندے اپنے گھونسلوں کی طرف روانہ ہوجاتے ہیں' فجر کے وقت جب اللہ کی رحمتیں نازل ہورہی ہوتی ہیں تو یہ بیدار ہوکر اپنے رزق کی تلاش میں نکل پڑتے ہیں۔ اگر ہم اپنی مصروف زندگی اور آزادانہ زندگی کا موازنہ کریں تو ہم مصروف زندگی کو بہتر پائیں گے کیونکہ اس میں ہم مصروف رہتے ہیں اور اپنے ہر کام کو ٹائم ٹیبل کے مطابق کرتے ہیں' انہیں اپنی ذمہ داری کا احساس ہوتا ہے اور یہ معلوم ہوتا ہے کہ کس وقت کونسا کام کرنا ہے جبکہ فری لائف میں کام کی ذمہ داری کا احساس نہیں ہوتا' صرف سوچتے رہتے ہیں کہ یہ کام کرنا ہے' وہ کام کرنا ہے' بالکل آزاد ہوا کی طرح' جب اور جیسے چاہا چل پڑی اور بعض اوقات اگر کام کرنے بھی ہوں تو سوچیں گے کہ وقت بہت پڑا ہے بعد میں کرلیں گے۔ اس طرح کرتے کرتے پورا دن نکل جاتا ہے' جب رات ہوتی ہے تو یاد آتا ہے کہ فلاں کام کرنا تھا' جو نہیں کیا۔ گویا فری لائف میں بالکل ہی وقت کا احساس نہیں ہوتا اور وقت بہت تیزی سے ہمیں پیچھے چھوڑ کر چلا جاتا ہے۔

ہمیں اس بات کا خیال رکھنا چاہئے کہ ہمارا ایک ایک پل کس کس چیز میں لگ رہا ہے۔ کہیں ہم اپنا وقت ضائع تو نہیں کررہے؟ ہر انسان اپنی زندگی اور اپنے وقت کا خود ذمہ دار ہے' جس نے وقت کی بے قدری کی وقت اس کی قدر نہیں کرتا۔ اسلام ایک مکمل ضابطہ حیات ہے۔ چودہ سو سال پہلے بھی یہی اسلام تھا' یہی طور طریقے تھے اور اب بھی وہی سب کچھ ہیں۔

اسلام ایک مکمل ضابطہ حیات ہے جو زندگی گذارنے کے صحیح طور طریقے بتاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے جب انسان کو بنایا تو اسے زندگی گزارنے کے طریقوں سے بھی آگاہ کردیا اور حکم دیا کہ اگر میرے بتائے ہوئے راستے سے ہٹو گے تو ناکام ہوجاؤ گے۔ ہمیں وقت کی قدر کرنی چاہئے اور جو اصول اللہ تعالیٰ نے بتادیئے ہیں' ان پر عمل کرنا چاہئے۔ اپنا قیمتی وقت مثبت کاموں میں خرچ کریں' اپنے لئے ایک ٹائم ٹیبل بنالیں' اس کے مطابق کام کریں۔ چند مفید مشورے ذیل میں دیئے جارہے ہیں۔

☆رات کو جلدی سوجائیں اور صبح جلدی اُٹھیں۔

☆نماز پڑھیں اور ورزش کریں۔

☆اپنے ٹائم ٹیبل میں پڑھنے کے لئے الگ اور کمپیوٹر پر کام کرنے کے لئے الگ وقت لکھ دیں۔

☆ٹیلی وژن یا میوزک وغیرہ کتنی دیر سننا ہے' یہ بھی لکھا ہونا چاہئے۔

☆رات کو دیر تک نہ جاگیں۔

اپنا پورا ٹائم ٹیبل مرتب کرنے کے بعد اس پر سختی سے عمل کریں' فرق خود محسوس کریں گے۔

(جاوید نقوی.....جہلم)

RQ030416

اللہ تعالیٰ نے جب انسان کو بنایا تو اسے زندگی گزارنے کے طریقوں سے بھی آگاہ کردیا اور حکم دیا کہ اگر میرے بتائے ہوئے راستے سے ہٹو گے تو ناکام ہوجاؤ گے' ہمیں وقت کی قدر کرنی چاہئے اور جو اصول اللہ تعالیٰ نے بتادیئے ہیں' ان پر عمل کرنا چاہئے' اپنا قیمتی وقت مثبت کاموں میں خرچ کریں۔

(آج کا مسئلہ)

روایتی لڑائی جھگڑے

شادی کے اس نغمے کی آواز سماعت سے ٹکرائی۔ آج ایک اور لڑکی شادی جیسے خوبصورت اور مضبوط رشتے سے جڑ گئی ہے اب وہ صرف ایک بیٹی ہی نہیں بلکہ ایک بہو بھابھی اور بیوی بھی ہے' بیٹی' بہو' بھابھی اور بیوی کے الفاظ سے محسوس ہوتا ہے کہ اللہ نے عورت کو خوبصورت بنانے کے ساتھ خوبصورتی کا حق بھی مہیا کیا ہے' شادی سے پہلے ساس کہتی ہے کہ ''میں اپنے چکور کے لئے چاندنی لے آئی'' اور نندیں اپنی ہونے والی بھابھی کے ساتھ ہنسی مذاق کررہی ہوتی ہیں' اس خاندان کو ایک بہو' بیوی اور بھابھی مل گئی ہے اور شاید لڑائی کے لئے ایک نیا فریق بھی۔

کچھ مہینوں یا شاید کچھ ہی دنوں تک سب کچھ ٹھیک ٹھاک رہتا ہے لیکن پھر بے اختیار دل رو رو کر یہ کہنا چاہتا ہے کہ ''گوری کیوں کیا سنگھار'' اور گھر سے لڑائی جھگڑوں کے دوران ایک نئی آواز آئی ہے یہ آواز اس نئی نویلی دلہن کی ہے جس کے ہاتھوں سے ابھی مہندی کا رنگ بھی نہیں اُترا ہے' بالکل گھبرایئے نہیں یہ روایتی بہو اور ساس کے جھگڑے ہیں جس میں چمٹے' بیلن اور چمچوں کا بے دریغ استعمال نہ ہو تو لڑائی کا مزہ نہیں آتا ہے۔

لڑائی کے دوران بہو بیگم ساس کو اور ساس بہو بیگم کو نت نئے القابات سے نوازتی ہیں اور نندیں جیسے شادی کے دن بھابھی سے مذاق کررہی ہوتی ہیں ویسے ہی بھابھی کی چوٹی کھینچ رہی ہوتی ہیں اسی اثناء میں ساس کی آواز آتی ہے اے خدا کس گناہ کی سزا دے رہا ہے میں اپنے چکور کے لئے چاندنی نہیں گرہن لے آئی۔ یہ میں نے کس کو پسند کرلیا ہے۔ یہ مکافات عمل ہے' ہر عمل کا ایک ردعمل ہوتا ہے اور شاید یہی ردعمل ہے۔

نیوٹن نے یہ بات اپنے تیسرے حرکت کے قانون میں بہت پہلے بیان کردی ہے' اس بات پر سب ہی یقین رکھتے ہیں' شادی کے دن تو دلہن خاموش رہتی ہے تو آپ سمجھتے ہیں کہ وہ بول نہیں سکتی ہے۔ بول سکتی اور جھگڑ بھی سکتی ہے' تھوڑی ہی دیر میں چکور یعنی نئے نویلے دولہا صاحب تشریف لے آتے ہیں ساس اپنے بیٹے سے بہو کی شکایت کرتی ہیں تو بہو بیگم اپنے شوہر سے ساس کی شکایت کرتی ہیں۔ نتیجتاً لڑائی ختم ہوجاتی ہے اور دونوں فریقین میں صلح ہوجاتی ہے شوہر' دیور' جیٹھ اور خسر لڑائیوں میں ''نیوٹرل'' رہتے ہیں' آپ بھی یہ کہہ سکتے ہیں کہ مندرجہ بالا افراد ''بے چارے'' ہیں۔ کچھ شک نہیں کہ اس عمل آواز خوبصورت اور بلند ہوجاتی ہے۔

شاعر نے کیا خوب کہا ہے کہ شعلہ سا لپک جائے آواز ہے ایسی۔ جن افراد کی آواز پھنسی ہوئی ہوتی ہے انہیں مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ صبح نہار منہ پانی سے لبریز مٹکے میں منہ ڈال کر اتنا بلند چیخیں کہ ان کی آواز انہیں باہر صاف سُنائی دے اور اس کے بعد زیرے کا پانی ایک کٹورہ میں لیں اب کون صبح کو اتنا سارا کام کرے چلو ایسی ہی آواز میں لڑ لیتے ہیں لیکن اس بار آپ کا یہ کہنے کو دل کرے گا کہ شعلہ بھی دبک جائے آواز ہے ایسی۔ شوہر کا کردار اس لڑائی میں ایک سوکھے کنویں کی مانند ہوتا ہے جس میں لوگ اپنی اپنی خواہشات بیان کردیتے ہیں اور اس کے پورے ہونے کا انتظار کرتے ہیں' اسی طرح شوہر بھی سن لیتا ہے اور اس کو بیں کی طرح کچھ بھی نہیں کرسکتا ہے حتیٰ کہ کچھ کہہ بھی نہیں سکتا ہے' زندگی بہت ہی خوبصورت ہے اور میٹھی زندگی میں تھوڑی سی کھٹاس یہ لڑائی پیدا کردیتی ہے ویسے بھی پاکستان میں ذیابیطس نہایت ہی تیزی سے پھیل رہا ہے' اس کو کم کرنے کے لئے ان لڑائیوں کو آپ مفید سمجھ سکتے ہیں۔

پاکستان میں موٹاپے کی بیماری بھی نہایت ہی تیزی سے پھیل رہی ہے۔ ان لڑائیوں کے بعد ساس یا بہو یا پھر دونوں کم از کم ایک وقت کا کھانا تو نہیں کھائیں گے اور اس طرح سے موٹاپے پر بھی قابو پانے کا یہ آسان اور سہل طریقہ ہے ہمارے دیس میں مہنگائی بھی آسمان سے باتیں کررہی ہے۔ اگر ایک وقت یومیہ دو افراد کھانا نہ کھائیں تو کافی حد تک بچت ہوجائے گی جب بچت کریں گے تو ملک کو بھی فائدہ پہنچے گا اور آپ کو بھی قطرہ قطرہ ہم شد دریا یعنی قطرہ قطرہ مل کر دریا بنتا ہے آپ کی یہ بحث فرد واحد کی بچت نہیں ہے بلکہ یہ پوری قوم کے لئے خوش آئند بات ہے' لڑائی کا ایک اور فائدہ بھی ہے لڑائی کے اس شور وغل کے بعد کچھ دیر کے لئے خاموشی ہوجائے گی اور پاکستان میں شور کی آلودگی بہت زیادہ ہے اس پر قابو پانے کا یہ بہترین طریقہ ہے' کیونکہ لڑائی کے بعد گھر میں کم از کم ایک آدھ گھنٹے کے لئے خاموشی ہوجائے گی اور بیک گراؤنڈ میوزک کے لئے گھر کے فالتو برتن بھی توڑ دیئے جاتے ہیں جب ایک لڑائی کے اتنے ڈھیر سارے فوائد ہیں تو آپ لڑیئے آپ ایک ہی دیوار کی اینٹیں ہیں اور ساس اور بہو کبھی جدا تو ہو نہیں سکتی ہیں یہ دونوں اشیاء معاف کیجئے گا افراد خاندان میں لازم وملزوم ہیں اسی لئے آپ لڑائی کیجئے یہ ملک وقوم کے مفاد میں ہے۔

یہ ہمارے کلچر یعنی مہذب کی عکاسی کرتا ہے لیکن یہ دھیان میں رہے کہ یہ لڑائی زیادہ طوالت نہ پکڑ جائے کیونکہ ہم آپ کو خوش بھی تو دیکھنا چاہتے ہیں۔

(رئیسہ ظفر......لاہور)

RQ030402

Color Therapy

رنگوں کی خصوصیات اور ان سے علاج

سرخ رنگ

یہ گرم رنگ ہے جو جسم کی نشو و نما اور تعمیر میں کام آتا ہے۔ یہ نئے سرخ خلیات میں اضافہ کرتا ہے، محققین یقین کے ساتھ کہتے ہیں کہ بدن کے وہ حصے جو خون کی قلت گردش کا شکار ہوتے ہیں وہ سرخ رنگ کی بوچھار سے مستفید ہوتے ہیں اگر سرخ رنگ پیروں پر ڈالا جائے تو کمزور دوران خون تیز ہوجاتا ہے اور یہی عمل پیروں پر اور اس کے نیچے کیا جائے تو آنتوں کی کمزوری دور ہوجاتی ہے۔

دوسرے محققین کا بیان ہے کہ سرخ رنگ تمام رنگوں میں گرم ترین ہے اس لئے یہ دوران خون، طاقت اور پٹھوں میں حرارت بڑھاتا ہے۔ جگر میں تحریک پیدا کرتا ہے اور حواس خمسہ کو بہتر بناتا ہے۔ جسمانی سستی اور فالج کو رفع کرتا ہے گٹھیا، جوڑوں میں ناکارہ مواد اور فاضل ذرات کے جمع ہونے سے واقع ہوتا ہے۔ سرخ رنگ کے غسل سے وہ تمام ذرات جو گردوں کے معمولات میں فرق پڑنے سے بن جاتے ہیں وہ تحلیل ہوجاتے ہیں۔

کمزور اور نروس رہنے والے بچوں کے اردگرد سرخ ماحول پیدا کرنا چاہئے اس طرح ان کی ذہنی اور جسمانی کمزوریاں دور ہوجاتی ہیں۔

اگر سردی کا اثر ہو یا سردی لگ جائے تو سرخ رنگ کا گلوبند پہنا جائے۔ سرخ رنگ سے خون کے سرخ ذرات میں اضافہ ہوتا ہے اور یہ رنگ جراثیم کش بھی ہے ڈاکٹرز نے سرخ رنگ سے علاج کا درج ذیل طریقہ اپنایا مریض کو بستر پر چت لٹا کر پہلے اس کے پیر کے تلوؤں پر روشنی ڈالی جاتی ہے، پھر درجہ بدرجہ ٹخنے، پنڈلیوں اور گھٹنے اور آخر میں رانوں پر روشنی ڈالی جاتی ہے۔ ہر حصے پر پانچ سے دس منٹ تک عمل کیا جاتا ہے۔ اگر روشنی کسی خاص حصے پر ہی ڈالنا مقصود ہو تو یہ وقفہ زیادہ سے زیادہ ۲۰ منٹ ہوتا ہے۔

علاج کے آخر میں سبز یا نیلے رنگ کی روشنی ضرور ڈالی جائے اس طرح سرخ رنگ کے ناگوار اثرات ذہنی ہوں یا جسمانی رفع ہوجاتے ہیں۔ ہر شے کی زیادتی تکلیف دہ ہوتی ہے۔

سرخ رنگ کا استعمال ان لوگوں کے لئے مضر ہے جن کے جسم میں پہلے سے ہی سرخی کی کثرت ہو جیسے سر کے سرخ بال، سرخ چہرہ یا سوجن میں سرخی وغیرہ۔ سرخ رنگ روشنی کے کثرت استعمال سے جسمانی نظام میں اس قدر ہیجان پیدا ہوسکتا ہے، جس سے خطرناک حد تک تیز بخار اور دیگر جسمانی پیچیدگیاں پیدا ہوسکتی ہیں۔

جن امراض میں سرخ رنگ کا استعمال کرایا جائے ان مریضوں کو چاہئے کہ اپنی غذا میں بھی سرخ غذائیں لیں جیسے چقندر کے اوپری پتے اور جڑیں، ٹماٹر، سرخ مولی اور سبزیاں، آبی سلاد، پالک، سرخ کشمش، سرخ بیر، سرخ پھلیاں، تربوز، بغیر چھنا آٹا اور کلیجی۔

گلابی رنگ

یہ ہلکا سرخی مائل کلر ہے، یہ جسم سے زیادہ دماغ کو متاثر کرتا ہے اگر کوئی شخص بے خوابی کا شکار ہو تو اسے گلابی چادر یا کمبل استعمال کرنا چاہئے۔ تنگ مزاج اور جلد غصے میں آجانے والے لوگوں کو یہ کلر استعمال نہیں کرنا چاہئے اور اعصابی ہیجان کے شکار لوگوں کو بھی گلابی رنگ سے دور رہنا چاہئے، یہ شفاء بخش رنگ ہے اور جسمانی ارتعاش میں اضافہ کی صلاحیت رکھتا ہے۔

نارنجی کلر

چونکہ آج کل کیلشیئم کی کمی عام ہے اس لئے نارنجی رنگ کے استعمال سے بے شمار بیماریاں دور ہوجاتی ہیں یہ جسم کے معمولات کو درست کرتا ہے اس لئے اسے دمہ اور سانس کی بیماریوں اور سوکھے کے مرض میں استعمال کروانا چاہئے۔ نظام ہضم کو درست رکھتا ہے اور زخم معدہ سے نجات دلاتا ہے۔ یہ بالوں کی چمک اور نرمی میں اضافہ کرتا ہے۔

سنہرا نارنجی رنگ جگر کے اوپر نہایت طاقت ور اثرات مرتب کرتا ہے اور اعصابی دباؤ کو رفع کرتا ہے دل کی دھڑکن کو تقویت بخشتا ہے۔

زرد رنگ

زرد رنگ کو پٹھوں میں جان ڈالنے والا اور اعصاب کی تعمیر کرنے والا رنگ مانا جاتا ہے۔ یہ آنتوں اور معدہ کے فعل میں تیزی پیدا کرتا ہے اور ورم کو کم کرتا ہے۔ زرد رنگ میں منفی چارج ہوتا ہے۔ پیٹ کے کیڑے زرد روشنی کو برداشت نہیں کرسکتے اور ختم ہوجاتے ہیں۔ اگر زرد رنگ نارنجی رنگ سے قریب ہو تو طبیعت میں نرمی پہنچاتا ہے۔

ایسی حالتوں میں جب جسم میں پہلے ہیجان ہو زرد رنگ کا استعمال نقصان دہ ہے۔ مثلاً بخار، شدید ورم، سوزش اور اعصابی ہیجان۔ زرد رنگ اگر ہلکا ہو تو یہ ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ کرتا ہے۔

لیمن رنگ

یہ رنگ دافع تیزابیت ہے۔ بیمار اور نرم ہڈیوں کی تعمیر کرتا ہے۔ جگر اور حافظہ کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔

سبز رنگ

Nervous System کے لئے بطور خاص مفید ہے اور جسمانی قوت میں اضافہ کرتا ہے۔

نیلا رنگ

یہ رنگ بہت اہمیت کا حامل ہے سرخ رنگ کی ضد ہے' چنانچہ سرخ رنگ کے مضر اثرات سے نجات دلاتا ہے۔ سینہ کی تکلیف کو آرام پہنچاتا ہے۔ دماغی اور جسمانی تناؤ سے محفوظ کرتا ہے۔ نیلا دنیا کا سب سے بڑا دافع سمیت رنگ ہے۔ یہ پھیپھڑوں سے خون آنے کو روکتا ہے۔ خواتین کے امراض اور گٹھیا میں شفا بخشتا ہے۔ نیلے رنگ کے کلر کو ڈرائنگ روم میں استعمال نہیں کرنا چاہئے اس لئے کہ یہ مانع گفتگو ہے اور خاموشی طاری کرنے والا ہے۔ اگر آپ کو نیند کم آتی ہے تو نیلے رنگ کا تصور کریں اور جاگنا چاہتے ہیں تو سرخ رنگ کا تصور کریں۔

بنفشی رنگ

یہ کلر خون سے سفید ذرات بناتا ہے خون کی نالیوں کے کھنچاؤ کو معمول پر لاتا ہے اور ہائی بلڈ پریشر کو کم کرتا ہے۔ پوٹاشیم اور سوڈیم کے توازن کو برقرار رکھتا ہے۔ مثانہ کی تکلیف' یہ دل کو کنٹرول کرتا ہے' اعصاب کو سکون بخشتا ہے اور دماغ کی تمام کیفیات کو کنٹرول کرتا ہے۔

ارغوانی رنگ

یہ کلر (Lymphtic) سسٹم کے ذریعہ خون کی رگوں کو پھیلاتا ہے' خواب آور ہے' جسمانی حرارت کو کم کرتا ہے' اختلاج قلب میں دل پر یہ روشنی مرتکز کرنے سے دھڑکنیں معمول پر آجاتی ہیں۔

(فرحت منیر......راولپنڈی)

RQ020528

چکر کیوں آتے ہیں؟

اکثر افراد کو شکایت ہوتی ہے کہ ان کا سر اچانک چکرانے لگتا ہے' اردگرد کی ہر چیز گھومتی ہوئی نظر آتی ہے' آنکھوں میں اندھیرا چھا جاتا ہے' سر خالی خالی سا محسوس ہوتا ہے' دل ڈوبنے لگتا ہے' ابکائی آتی ہے۔ کسی کروٹ چین نہیں آتا اور خاص طور پر کھڑے رہنے میں توازن برقرار نہیں رہتا' چکر کیوں آتے ہیں؟

یہ معلوم کرنے کے لئے پہلے ہمیں یہ جاننا ہوگا کہ کھڑے رہنے' چلنے' دوڑنے' ناچنے اور کودنے میں ہم اپنا توازن کس طرح برقرار رکھ سکتے ہیں؟ اس کا جزوی جواب تو یہ ہے کہ ہم دیکھ سکتے ہیں۔ جی ہاں ہماری آنکھیں ہمیں بتاتی ہیں کہ ہم کہاں ہیں' اب ذرا اپنی آنکھیں بند کرلیں۔ اب بھی آپ وہیں کھڑے ہیں۔ ذرا آنکھیں بند رکھ کر یا اندھیرے میں چلنے کی کوشش کریں۔ اس کے باوجود آپ لڑکھڑائے اور نہ ہی آپ کو چکر آیا۔ اس کا یہ مطلب ہے کہ صرف آنکھیں ہی توازن برقرار رکھنے میں حصہ نہیں لیتیں بلکہ دیگر عوامل بھی چکر سے بچانے میں اپنا کردار ادا کرتے ہیں اور یہ وہ معلوماتی لہریں ہیں جو ہمارے تلوؤں اور جسم کے پٹھوں سے نکل کر دماغ میں پہنچتی ہیں تاہم آپ کو ان کی خبر نہیں ہو پاتی کیونکہ یہ لاشعوری طور پر اپنا کام کرتی ہیں۔

اب آپ اپنی آنکھیں دوبارہ بند کرکے اپنا بازو ایک جانب لے جائیں پھر اپنی انگلی کو ناک تک لے آئیں۔ آپ کی انگلی ناک پر صحیح طور پر پہنچ جائے گی۔ اس سارے عمل کے دوران نظر نہ آنے کے باوجود آپ کو اپنے ہاتھ اور انگلی کی صحیح پوزیشن کے بارے میں معلومات لاشعوری طور پر اُٹھنے والی پٹھوں کی لہروں کی وجہ سے حاصل ہوتی ہے۔

چکر آنے کی ایک وجہ معدہ میں خرابی بھی ہوسکتی ہے۔ بدہضمی' معدے کی گرانی اور نظر کی کمزوری یا بینائی میں خرابی سے بھی چکر آتے ہیں۔ خون کی کمی اور عمومی کمزوری بھی چکر آنے کی وجوہ ہیں کیونکہ ان حالات میں بعض اوقات دماغ کے اس حصہ کو خون کی فراہمی پوری طرح نہیں ہونے پاتی' جو توازن برقرار رکھنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ بہت زیادہ فضائی آلودگی' نہایت حساس افراد میں غصہ' تھکن اور غم کی حالت میں بھی چکر آتے ہیں۔

چکر کی صورت میں آپ سب سے پہلے خاموش اندھیرے میں کمرہ میں آرام کریں۔ ڈاکٹر آپ کے لئے ایسی دوا تجویز کرے گا جو آپ کو چکر سے فائدہ پہنچائیں گی۔ جب چکر آنا بند ہوجائیں تو ڈاکٹر چکر آنے کی وجوہ معلوم کرنے کی کوشش کرے گا۔ جسمانی معائنہ' بلڈ پریشر اور دیگر ٹیسٹ کرے گا کہ کیا کان کا اندرونی آلہ متاثر ہوگیا ہے؟ ہاضمہ خراب ہے؟ اعصابی نظام میں کوئی گڑبڑ ہے؟ یا کوئی اور وجہ ہے؟ وجہ معلوم ہوجائے تو علاج آسان ہوجاتا ہے۔ اگر ایک آدھ بار چکر آگیا تو زیادہ گھبرانے کی بات نہیں حالانکہ متاثرہ فرد اور اس کے گھر والے اسے خطرناک سمجھ کر زیادہ گھبراہٹ کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ چکر آنے سے مریض کو تکلیف تو ہوتی ہے لیکن یہ عارضی ہوتی ہے لیکن یہی چکر اگر بار بار یا تواتر کے ساتھ آنے لگیں تو اس کی تشخیص اور علاج کرانا بہت ضروری ہے۔

(محمد عثمان......لاہور)

اس کو انگریزی میں "SAPPHIRE" سفائر عربی میں یاقوت ارزق، ہندی میں نیلا، فارسی میں صافر اور سنسکرت میں سوری رتن کہتے ہیں۔ اس پتھر کو اس کے نیلے رنگت کی وجہ سے نیلم کہتے ہیں، اس کا شمار قیمتی اور اعلیٰ جواہر میں ہوتا ہے۔ یہ ایک رنگین بلوری پتھر ہے۔

رنگت

اس کا رنگ عام طور پر نیلا ہوتا ہے۔ گہرے نیلے رنگ کے پتھر کو نر کہتے ہیں اور ہلکے رنگ کو مادہ کہتے ہیں۔ نیلی رنگت کے علاوہ یہ زرد، نارنجی، سبز، ارغوانی اور گلابی رنگ میں بھی ملتا ہے۔

ساخت

(۱) سختی Hardness ۹ درجے

(۲) وزن مخصوص Specific Gravity ۳.95 درجہ

(۳) پگھلنے کا درجہ Melting Point ۲۰۴۰ درجہ

(۴) عکس Refractive Indices ۱.۷۶ درجہ

اقسام

(۱) اسٹار نیلم Star Sapphire: جب اس کو چمکدار سورج کی روشنی میں دیکھا جاتا ہے تو اس میں چھ طرف سے روشنی کا عکس نکلتا ہے اور ستارے کی شکل بناتا ہے۔ اس لئے اس کو اسٹار نیلم کہتے ہیں۔

(۲) مشرقی نیلم Oriental Sapphire: نیلے رنگ کا پتھر (نیلم) جو مشرقی ممالک میں مقبول ہے اسے مشرقی نیلم کہتے ہیں۔

(۳) مغربی نیلم Europian Sapphire: نیلے رنگ کے علاوہ کسی بھی اور رنگ کے نیلم کو مغربی نیلم کہتے ہیں۔

(۴) الیگزینڈرائٹ Alexandrite: یہ سورج کی روشنی میں نیلا اور مصنوعی روشنی میں لال نظر آتا ہے۔ یہ مصر کے شہر الیگزینڈر میں پایا جاتا ہے اور اسی کے نام سے منسوب کیا جاتا ہے۔

شناخت

اس کی سختی ہیرے کے بعد آتی ہے اور یہ صرف ہیرے سے ہی کٹ سکتا ہے اور اگر یہ کسی دوسری چیز سے کٹ جائے تو نقلی نیلم ہے۔ نیلم مصنوعی روشنی میں دیکھنے سے بے رونق نظر آتا ہے۔ اصلی نیلم کو اگر پانی میں ڈالا جائے تو اس کی رنگت میں کمی بیشی واضح نظر آتی ہے۔ مگر مصنوعی نیلم کا رنگ یکساں نظر آئے گا۔

عیوب

عیب والا نگینہ پہننا اچھا نہیں سمجھا جاتا اور اس کے پہننے سے انسان مصائب میں گھر جاتا ہے، حتی الامکان عیب والے پتھر سے گریز کرنا چاہئے۔ گیارہ عیب عام طور پر اس میں مہلک اثرات رکھتے ہیں جن کا ذکر ذیل میں ہے۔ (۱) بادل: یعنی بادل جیسا گرد وغبار رکھنے والا پتھر اور اس کے پہننے سے عمر (زندگی) اور دولت کو فوری نقصان پہنچتا ہے۔ (۲) چٹخا ہوا: اس کے پہننے والے کو جانوروں سے جانی نقصان پہنچتا ہے۔ (۳) بدرنگ: جس پتھر میں ایک سے زیادہ رنگ ہو وہ بدرنگ کہلاتا ہے اور منحوس شمار کیا جاتا ہے۔ یہ پہننے والے کے مزاج میں غصہ لاتا ہے۔ (۴) تراش: وہ نگینہ جس میں ایک سے زیادہ ٹکڑے نظر آئیں کسی حادثے یا ہلاکت کا موجب بن سکتا ہے۔ (۵) ابرک: جس میں ابرک نما نشان ہوں اس کے پہننے سے انسان فوری طور پر بیمار ہو جاتا ہے۔ (۶) روکھی: جس میں سفید داغ ہو وہ موجب جلاوطنی بن سکتا ہے۔ (۷) مرت گریہ: اس کا رنگ مٹیالا ہوتا ہے اور اس کے پہننے سے کئی دائمی امراض پیدا ہو جاتے ہیں۔ (۸) رنگ کا منجمد ہونا: یعنی رنگ کا کسی خاص جگہ پر زیادہ ہو جانا جو کہ فوری نقصان کا باعث ہوتا ہے۔ (۹) دودھیا: جو دودھ جیسے رنگ والا ہو اس کے پہننے سے کاروبار میں نقصان ہوتا ہے۔ (۱۰) ریشم سے دھبے: اس کے پہننے سے عزت پر دھبہ آنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ (۱۱) سفید شیشہ دھیان: اس کے پہننے سے لڑائی جھگڑا اور مقدمہ بازی شروع ہو جاتی ہے۔

طبی خواص

اس کے استعمال سے خون کے دباؤ میں کمی ہو جاتی ہے اور جس کے نکسیر جاری ہو اگر اس کی پیشانی پر نیلم کا نگینہ رکھ دیا جائے تو نکسیر بند ہو جاتی ہے۔ کمر میں باندھنے سے قوت باہ بڑھ جاتی ہے۔ مفرح دل و دماغ ہے بخار کے مریض کے سینہ پر رکھنے سے بخار کی شدت میں کمی واقع ہوتی ہے، دافع وبائی امراض بھی ہے۔

سحری خواص

اس کے پہننے سے مزاج میں استقلال پیدا ہوتا ہے۔ کمزور انسان خود میں قوت اور طاقت محسوس کرتا ہے۔ طبیعت جفاکشی کی طرف راغب ہوتی ہے اور شخصیت کو پُرکشش بناتا ہے، محبت اور شفقت بڑھاتا ہے، اس کی انگوٹھی پہننے والے کی اولاد ترقی پاتی ہے، دشمن مہربان ہو جاتا ہے، قید سے رہائی ملتی ہے، سچائی اور ایفائے عہد کی طرف راغب کرتا ہے۔ ہر قسم کے رنج والم دور کرتا ہے اور اس کے پہننے والے ہوشیار، چوکنا اور نیک چال چلن ہوتے ہیں۔

حاصل کرنے کے لئے روشنی دواخانہ پر رابطہ کریں

طبیب جسمانی، ذہنی و روحانی
ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

ہپناٹزم ٗ جادو ٹونہ اور وہم

اللہ تعالیٰ نے کائنات کی ہر مخلوق کو دو چیزیں دی ہیں جن پر اس کا وجود قائم ہے۔ وہ دو چیزیں جسم اور روح ہیں۔ آپ اگر ایک پتھر کو اٹھا کر دیکھیں تو بھی معلوم ہوگا کہ ایک تو اس کا جسم ہے جو آپ کے ہاتھوں میں ہے، دوسرے اس کی حالت سے آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ وہ تازہ ہے یا بوسیدہ ہو کر ٹکڑے ہو رہا ہے۔ اسی کو روح کا ہونا یا نہ ہونا کہتے ہیں۔ اسی طرح کپڑے جب بوسیدہ اور پرانے ٗ گلے سڑے ہو جاتے ہیں تو ان کا جسم ضعیف ہو جاتا ہے اور ان کی روح ان میں سے نکل جاتی ہے۔

علم روحانیات کے ماہرین نے اس بات پر تحقیق کی ہے کہ دنیا کی ہر چیز ایک جسم رکھتی ہے اور اس جسم میں تازگی اور شادابی اس وقت تک رہتی ہے جب تک اس میں روح ہو۔ روح کے نکل جانے کے بعد اس چیز کا جسم سڑنے اور گلنے لگتا ہے اور آہستہ آہستہ وہ بکھر جاتا ہے۔

ہر انسان کے پاس جسم اور روح ہے لیکن اللہ تعالیٰ نے انسان کو کائنات کی دوسری مخلوقات پر اس لئے بڑائی دی ہے کہ جسم اور روح کے علاوہ انسان کو ذہن اور دماغ بھی عطا کیا گیا ہے۔ بے شمار معاملات میں انسان اپنے بارے میں خود فیصلہ کرتا ہے ٗ خود سوچتا ہے ٗ خود منصوبے بناتا ہے جبکہ کائنات کی دوسری مخلوقات ایک لگے بندھے اصول پر قائم ہے اور پہلے سے کئے گئے فیصلوں پر عمل کر رہی ہے۔

یہ نفسیاتی اور مابعد النفسیاتی (سائیکولوجی اور پیراسائیکولوجی) کی باتیں بڑی عجیب ہیں لیکن بڑے بڑے ماہرین نے ان پر غور کرتے ہوئے اپنی زندگیاں گزار دیں کہ ''انسان کے جسم ٗ ذہن اور روح کا کیا رشتہ ہے؟'' خاص طور پر یہ کہ ''ہم اپنے ذہن کی سوچ کی وجہ سے ہمارے جسم اور ہماری روح کو کیا بنا دیتے ہیں؟''

ہر انسان کے جسم اور اس کی روح پر اس کا ذہن حکومت کرتا ہے اگر آپ کے ذہن میں کوئی بات بیٹھ گئی ہے تو آپ کی روح اسی خیال کے تحت سکون یا بے سکونی اور آپ کا جسم اسی خیال کے تحت اچھے یا برے کام کرے گا اسی لئے آج کی دنیا میں بہت سی بیماریوں اور مشکلات کا علاج ہپناٹزم کے ذریعے کیا جاتا ہے۔ ہپناٹزم کے ذریعے آپ کے ذہن میں یہ بات ڈال دی جاتی ہے کہ آپ کی سوچ میں تبدیلی آنی چاہئے اور اس تبدیلی کی وجہ سے آپ کا مسئلہ حل ہو جاتا ہے لیکن اکثر اوقات انسان خود اپنے آپ کو ہپناٹائز کرتا ہے ٗ وہ اپنے دماغ میں ایک بات بٹھا لیتا ہے اور پھر اسی سوچ کے اثر سے اس کی زندگی میں الگ الگ اثرات شروع ہوتے ہیں۔ اکثر یہ بھی ہوتا ہے کہ انسان اپنے آپ کو ہپناٹائز کر کے اپنے ذہن میں یہ سوچ پیدا کرتا ہے کہ اس پر جادو ہوا ہے۔ حالانکہ ایسا نہیں ہوا ہوتا لیکن اس کا ذہن سیلف ہپناٹزم کے زیر اثر اس بات پر یقین رکھتا ہے کہ اس پر جادو ہوا ہے۔ اس سوچ کی وجہ سے اس کی زندگی برباد ہو جاتی ہے۔ وہ جسمانی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتا ہے اور اس کو روحانی اذیت برداشت کرنی پڑتی ہے۔

سیلف ہپناٹزم کے ذریعے وہم میں مبتلا ہونے کی کئی وجوہات ہوتی ہیں ان میں سب سے زیادہ ماحول کا اثر ہوتا ہے اگر آپ کے ماحول میں ایسی باتیں ہوتی ہوں جن میں جادو ٹونے کا ذکر ہے تو ہو سکتا ہے کہ آپ کے ذہن میں یہ وہم بیٹھ جائے کہ آپ پر جادو ٹونہ ہوا ہے۔

مثال کے طور پر سیفی کا کیس تھا۔ سیفی نے مجھے خط لکھا کہ فہد بھائی پچھلے ایک سال سے مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے مجھ پر کسی نے جادو کر دیا ہو کیونکہ اکثر رات کو مجھے ایسا لگتا ہے کہ جیسے میں بے جان ہو گیا ہوں ٗ میرے جسم میں سے کسی نے روح نکال دی ہو یا جیسے کسی نے میرا ذہن خراب کر دیا ہو؟

سیفی کا سائیکو ریسرچ کیا گیا تو معلوم ہوا کہ پہلے سیفی اور اس کے گھر والے کسی اور جگہ رہتے تھے۔ دو سال پہلے انہوں نے اپنا پرانا گھر چھوڑ دیا اور اب وہ نئے گھر میں آ گئے ہیں۔ نئے گھر میں ان کے جو پڑوسی ہیں وہ لوگ جادو ٹونے پر بہت یقین رکھتے ہیں۔ جب بھی ان لوگوں کی سیفی کے گھر والوں سے ملاقات ہوتی وہ ہمیشہ جادو ٹونے کے متعلق بات کرتے رہتے۔ وہ لوگ مختلف عاملوں اور عالموں کے پاس جاتے ٗ پھر ان کے متعلق مختلف

باتیں کرتے رہتے۔ سیفی ایک نوجوان لڑکا تھا ان باتوں کا اس کے ذہن پر اثر ہونے لگا اور وہ اپنے آپ کو ہپناٹائز کرنے لگا۔ پھر اس کی کیفیت بدلنے لگی اور اسے یقین ہونے لگا کہ اس پر جادو ہو گیا ہے۔

میں نے سیفی کو کہا کہ وہ ہر وقت بغیر گنتی "اللّٰہُ القابضُ الکریم" پڑھے اور ان پڑوسیوں سے ملنا بند کر دے۔ اس طرح کرنے سے اللہ کے فضل سے چند روز میں ہی سیفی ٹھیک ہو گیا۔

اسی طرح کا ایک کیس زبیدہ خاتون کا تھا۔ زبیدہ خاتون نے مجھے خط لکھا کہ فہد بھائی میری عمر 45 سال ہے۔ اللہ کے فضل و کرم سے میں کبھی بیمار نہیں ہوئی ہوں، کبھی ہلکا پھلکا نزلہ وزکام یا بخار ہو گیا لیکن بڑی بیماری کبھی نہیں ہوئی، پچھلے دو سال سے نہ جانے مجھے کیا

ہے لیکن اتنی چھوٹی عمر میں، میں نفسیاتی الجھنوں میں گرفتار ہو گئی ہوں۔ میرے لاشعور میں گتھیاں پڑ گئیں ہیں، میں سوچ نہیں سکتی اگر سوچنا چاہتی ہوں تو ذہن بند ہو جاتا ہے۔ میں کوئی فیصلہ نہیں کر سکتی، اکثر باتیں بھول جاتی ہیں۔ کبھی کھانا پکاتے وقت بھول جاتی ہوں کہ کھانے میں نمک ڈالا ہے یا نہیں، کبھی یہ بھول جاتی ہوں کہ ٹیلی فون پر کسی سہیلی یا رشتہ دار سے کیا بات کی تھی۔ اگر کوئی مجھے کہے کہ تمہاری امی کو یہ پیغام دینا تو میں بھول جاتی ہوں۔ غرض میرا ذہن بالکل ماؤف ہو گیا ہے۔ مجھے ایسا لگتا ہے جیسے مجھ پر کسی نے جادو کر دیا ہو۔ میں بہت پریشان ہوں کیونکہ میرا مستقبل کیا ہو گا، میری شادی جلد ہی ہونے والی ہے۔ شادی کے بعد میرا سسرال میں کیا حال ہو گا، میں اسی طرح رہی تو سسرال میں کیسے گزارہ ہو گا میں یہی سوچ سوچ کر پریشان ہوتی رہتی ہوں۔

علم روحانیات کے ماہرین نے اس بات پر تحقیق کی ہے کہ دنیا کی ہر چیز ایک جسم رکھتی ہے اور اس جسم میں تازگی اور شادابی اس وقت تک رہتی ہے جب تک اس میں روح ہو۔ روح کے نکل جانے کے بعد اس چیز کا جسم سڑنے اور گلنے لگتا ہے اور آہستہ آہستہ وہ بکھر جاتا ہے۔

ہوا ہے کہ میں اکثر بیمار رہتی ہوں۔ مجھے یوں لگتا ہے کہ جیسے میرا سارا بدن بھاری ہو گیا ہو، ہر وقت پورے بدن میں درد رہتا ہے، کبھی چکر آتے ہیں، کبھی آنکھوں پر بار پڑتا ہے، کبھی یوں لگتا ہے کہ میرے جسم میں سے روح نکل گئی ہو، اس سے پہلے کبھی ایسا نہیں ہوا۔

زبیدہ کے کیس کا سائیکو ریسرچ کیا گیا تو معلوم ہوا کہ زبیدہ کے گھر میں کبھی جادو ٹونے کا وہم نہیں کیا گیا لیکن دو سال پہلے انڈیا سے ان کے گھر مہمان آئے تھے۔ ان میں دو مرد اور تین عورتیں تھیں۔ یہ عورتیں زبیدہ کے شوہر کی رشتہ دار تھیں اس لئے وہ لوگ مہمان بن کر زبیدہ کے گھر میں ہی دو ماہ تک رہے لیکن وہ لوگ بہت وہم کرتے تھے ان کو ہر وقت یہ ہی خیال رہتا تھا کہ انڈیا میں ان کے پڑوسی ان پر جادو کرتے ہیں، اس لئے وہ ہر وقت اسی بات کا تذکرہ کرتے رہتے تھے۔ زبیدہ بھی جب اکیلی ہوتی تو اس کے ذہن میں یہ باتیں گھومتی رہتیں اور اس طرح وہ اپنے آپ کو ہپناٹائز کرتی رہتی۔ پھر اس کے ذہن میں یہ وہم بیٹھ گیا کہ ان پر بھی کوئی جادو کرتا ہے اور اس کی یہ حالت ہونے لگی کہ سارے بدن میں درد ہونے لگا۔

میں نے زبیدہ کو مشورہ دیا کہ وہ صرف اللہ ہی کو اپنا مددگار تسلیم کرے اور ہر روز ہر نماز کے بعد ۲۲۲ بار "اللّٰہُ الحفیظُ الحکیم" پڑھے اور اللہ تعالیٰ سے دعا کرے کہ وہ جادو ٹونے کے اس چکر سے نجات دلائے۔ خدا کے فضل سے چند ہی روز میں زبیدہ کا دو سال پرانا وہم دور ہو گیا اور وہ اچھی ہو گئی۔

اسی طرح ایک کیس طاہرہ کا تھا۔ طاہرہ نے مجھے خط لکھا کہ انکل میری عمر 21 سال

میں نے طاہرہ کے کیس کا سائیکو ریسرچ کیا تو معلوم ہوا کہ طاہرہ پر کوئی جادو ٹونہ نہیں ہوا بلکہ دراصل بات یہ تھی کہ طاہرہ کو ناول اور دوسری کتابیں پڑھنے کا شوق تھا۔ طاہرہ کا بھائی انور ایک روز کسی ردی کی دکان سے بہت سی پرانی کتابیں اٹھا کر لایا۔ انور نے سوچا کہ طاہرہ گھر میں اکیلی رہتی ہے اس لئے اس کا کتابوں سے دل بہلے گا لیکن انور بیچارے کو کیا خبر تھی کہ ان کتابوں میں جھوٹی نفسیاتی کہانیاں تھیں لکھنے والوں نے یہ نہیں سوچا تھا کہ ان کتابوں کو کم پڑھے لکھے لوگ اور نوجوان بھی پڑھیں گے۔ ان کتابوں میں نفسیاتی الجھنیں، جادو ٹونے کے حیرت ناک واقعات وغیرہ لکھے ہوتے تھے۔ اس طرح طاہرہ ان کتابوں کو پڑھ کر اپنے آپ کو ہپناٹائز کرتی رہی۔ ان کتابوں میں ان الجھنوں کا کوئی حل نہیں تھا اس لئے طاہرہ کے ذہن میں یہ بات بیٹھ گئی کہ اس پر بھی کوئی جادو کر رہا ہے اور وہ بھی ذہنی پریشانیوں کا شکار ہے۔

میں نے مشورہ دیا کہ طاہرہ ہر روز سونے سے پہلے ۲۱۲ بار "اللّٰہُ الرحمٰنُ القادرُ" پڑھے۔ اس طرح پڑھنے سے اللہ تعالیٰ کے فضل سے طاہرہ ٹھیک ہو گئی۔

اس لئے اگر آپ کو وہم ہو کہ آپ پر کسی نے جادو کر دیا ہے تو آپ سوچئے کہ کیا آپ نے دوسروں کی باتیں سن کر اپنے آپ کو ہپناٹائز کر دیا ہے۔ آپ ان لوگوں سے اور ان کتابوں سے اپنے آپ کو دور رکھئے جن میں جادو ٹونے کا ذکر ہو۔ اپنے آپ کو اللہ کی حفاظت میں دیں اور اللہ ہی سے مدد مانگیں، اللہ ہی آپ کا وہم دور کرے گا۔

جسمانی بیماریوں کا روحانی علاج

جسم اور روح انسانی زندگی کی دو حقیقتیں ہیں۔ انسانی جسم جہاں بیرونی دنیا سے انسان کا تعلق رکھتا ہے۔ وہاں روح انسان کی اندرونی دنیا پر مبنی ہوتی ہے۔ ان دونوں دنیاؤں یعنی انسان کی اندرونی اور بیرونی دنیا دونوں میں رابطے کا نام زندگی ہے۔ یعنی ایک زندہ انسان دراصل جسم اور روح کے ملاپ کا نتیجہ ہے۔ ایک تندرست انسان کے لئے تندرست جسم اور تندرست روح دونوں ضروری ہیں۔ اگر دونوں میں سے کوئی ایک بھی بیمار ہوجائے تو دوسرے پر بھی اس کا اثر پڑتا ہے۔ یعنی اگر روح بیمار (مثلاً خوف، جادوٹونہ، نظر بد، وہم) ہو تو جسم بھی اس کے اثرات محسوس کرتا ہے اور اگر جسم میں بیماری پیدا ہوجائے (مثلاً کمر درد، ذیابیطس، بلڈ پریشر، ڈپریشن) تو انسانی روح بھی بے چینی محسوس کرتی ہے۔ ایسی حالت میں اگر ایک کو دوسرے کے علاج کے لئے استعمال کیا جائے تو بہت اچھے اثرات سامنے آتے ہیں۔ اور خاص طور پر جسمانی بیماریوں کے لئے جسمانی علاج (یعنی جسم پر علاج) کے ساتھ ساتھ اگر روحانی طور پر بھی امداد کی جائے یعنی روح کا استعمال کیا جائے تو شفا جلد اور بہتر طور پر حاصل ہوسکتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قدیم حکماء جسمانی مرض کے جسمانی علاج کے ساتھ ساتھ روحانی علاج بھی تجویز کرتے ہیں۔

ہمارے ماہرین نے اس سلسلے میں مختلف جسمانی بیماریوں کے لئے روحانیت کا سہارا لیتے ہوئے مختلف روحانی اعمال اور علاج ترتیب دیئے ہیں۔ جو کہ مرض کے جسمانی علاج کے ساتھ استعمال کئے جاسکتے ہیں۔

ماہنامہ روشنی میں جسمانی بیماریوں کے لئے روحانی علاج کا سلسلہ شروع کیا گیا ہے اور ہر ماہ کسی ایک جسمانی بیماری کے لئے روحانی اعمال اور علاج شائع کئے جائیں گے۔

ناک کے درد کے لئے روحانی علاج

اس مرض میں ناک کے اندرونی یا بیرونی حصّہ پر سخت درد ہوتا ہے۔ ہاتھ سے ناک کو دبانے سے درد شدت سے محسوس ہوتا ہے۔ بعض اوقات ناک کا درد ناک پر کسی ضرب کے لگنے سے بھی ہونا شروع ہوجاتا ہے۔ درد کی وجہ سے بہت تکلیف ہوتی ہے اور ناک کے متاثرہ حصّہ پر درد کی ٹیس سی اٹھتی ہیں۔

ناک کے درد کے روحانی علاج کے لئے رات سوتے وقت ۶۱ (اکسٹھ) بار الودودُ الغفور پڑھیں۔ اگر کوئی دوا استعمال کر رہے ہوں یا کھا رہے ہوں تو اس پر ۹ (نو) بار الودودُ الغفور دم کر کے استعمال کریں۔ اس کے علاوہ ایک نیلے کاغذ پر ۹ (نو) بار الودودُ الغفور لکھ کر پاس رکھیں۔ درد کے وقت الودودُ الغفور پڑھنا شروع کردیں۔ انشاءاللہ درد میں افاقہ ہوگا۔

اللہ تعالیٰ آپ کو شفاء نصیب فرمائے۔ (آمین)

آپ کا خواب بہت اچھا اور مبارک ہے انشاءاللہ جلد ہی آپ کی ساری پریشانیاں دور ہونے والی ہیں تمام کام خیرو خوبی انجام پائیں گے۔ درود شریف کا کثرت سے ورد رکھیں۔

(نائمہ علی.....کراچی)

اس قسم کے خواب سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ آپ بہت جلد اللہ کے گھر کی زیارت کریں گے آپ کا خواب بہت اچھا ہے۔ جمعرات کو کچھ رقم خیرات کردیں درود شریف کثرت کے ساتھ پڑھیں۔

(عاصم معین.....لاہور)

آسمان دیکھنا اور اوپر چڑھنا بہت ہی اچھا خواب ہے بلندی کی طرف اشارہ کرتا ہے۔ انشاءاللہ آپ کو کوئی بڑی کامیابی ملنے والی ہے۔

(ثمینہ ظہور.....ملتان)

آپ کا خواب یقیناً پریشان کن ہے کسی قریبی عزیز سے جھگڑا ہونے کے امکانات ہیں' اپنے غصے پر قابو رکھیں۔ اپنے مزاج میں تبدیلی لائیں۔

(اُم ایمن.....اسلام آباد)

آپ پریشان نہ ہوں خواب میں لمبی عمر کی واضح دلیل ہے۔

(سمیرا علوی.....میانوالی)

بہت اچھا خواب ہے انشاءاللہ آپ کا دشمن آپ کو نقصان نہیں پہنچاسکے گا اور آپ کو عزت اور سربلندی ملے گی۔

(شاہد صدیقی.....واہ کینٹ)

اپنے اردگرد سے ہوشیار رہیں۔ آپ کے حاسد آپ کو نقصان پہنچانے کی کوشش کریں گے کسی قسم کے لین دین میں کسی پر اعتبار نقصان کا باعث ہوسکتا ہے۔

(آمنہ تبسم.....سرحد)

اپنے والدین کے ایصالِ ثواب کے لئے قرآن خوانی کا اہتمام کریں ان کے نام سے کچھ رقم خیرات کردیں۔ انشاء اللہ بہتری ہوگی۔

(جاوید منظور.....جہلم)

آپ کا خواب دراصل آپ کی ذہنی پریشانیوں کا عکس ہے۔ آپ جو کچھ سوچتی ہیں وہی آپ کے خواب میں آجاتا ہے۔

(ماہین زبیر.....دادو)

آپ کی مشکلات انشاءاللہ بہت جلد ختم ہونے والی ہیں۔ آپ مایوسی کا شکار نہ ہوں خدا پر بھروسہ رکھیں اپنی دعاؤں میں مایوسی کا اظہار مت کریں انشاءاللہ بہت جلد سب کچھ ٹھیک ہونے والا ہے۔

(نعیم مرتضیٰ.....کوئٹہ)

آپ اپنے گناہوں کی معافی مانگیں اور آئندہ کے لئے توبہ کریں صدقے اور خیرات کا انتظام کریں کیونکہ صدقہ ہر مصیبت کو ٹال دیتا ہے۔

(ثمن انصاری.....رحیم یار خان)

خواب میں کسی کو مردہ دیکھنا پریشانی کی بات نہیں ہے بلکہ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ ان کی عمر دراز ہے۔

(نعیمہ انور.....میرپور خاص)

خواب کی تعبیر یہ ہے کہ آپ کو ازدواجی زندگی میں کچھ مشکلات پیش آسکتی ہیں۔ آپ ثابت قدمی کا مظاہرہ کریں اور اسلامی ارکان کی پابندی کریں۔

(عبدالصمد.....ٹھٹھہ)

آپ کے خواب سے ظاہر ہوتا ہے کہ کچھ حاسد آپ پر غلبہ پانے کی کوشش کریں گے۔ لہٰذا آپ کو بہت محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔

(ز'م.....فیصل آباد)

آپ کا خواب بہت مبارک ہے۔ آپ کو مال و دولت اور خوشحالی نصیب ہوگی۔ بہت ممکن ہے کہ آپ کو نیک اور خدمت گزار شوہر ملے۔ کچھ لوگ آپ کی زندگی میں مشکلات پیدا کرنے کی کوشش کریں گے۔ مگر ناکام ہوں گے اور آپ کی زندگی کامیاب گزرے گی۔

(آسیہ رفیق.....اٹک)

دشمن پر برتری حاصل ہوگی ساتھ ہی پریشانیوں میں اضافہ ہوگا۔ مالی نقصان بھی ہوسکتا ہے' کچھ رقم خیرات کردیں اپنی بہتری کے لئے اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔

(راشدہ یعقوب.....مالاکنڈ)

ایسے تمام افراد جو خواب کی تعبیر جاننا چاہتے ہیں ان سے استدعا ہے کہ وہ مکمل تفصیل سے خواب لکھا کریں۔

ذہن پر زور دے کر ایک ایک جزیات لکھنے کی کوشش کریں تاکہ صحیح صحیح تعبیر بتائی جاسکے ساتھ ہی ساتھ وقت اور تاریخ خواب ضرور لکھیں ممکن ہو تو تاریخ پیدائش یا برج بھی لکھ دیں تاکہ صحیح حالات کا بھی تجزیہ کرلیا جائے۔

روشنی دواخانہ، چاندنی چوک' اسٹیڈیم روڈ' کراچی۔

زندگی میں کامیابی اور کامرانی کے حصول کے لئے تعویذ

زندگی کے مختلف شعبوں میں دفاتر میں، کاروبار میں، امتحانات میں یا زندگی میں کسی بھی آزمائش میں کامیابی کے لئے سخت محنت اور کوشش ضروری ہے۔لیکن اکثر دیکھا گیا ہے کہ سخت محنت اور جدوجہد کے باوجود کامیابی نہیں مل پاتی۔اور اتنی کوششوں کے بعد کامیابی نہ ملنے پر انسان مایوس ہوجاتا ہے۔ایسے میں انسان کو دنیاوی کوششوں کے ساتھ ساتھ روحانی مدد کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔

زندگی کے کسی بھی موڑ پر کامیابی حاصل کرنے کے لئے آپ مجوزہ تعویذ استعمال کرسکتے ہیں۔یہ تعویذ مختلف شعبہ ہائے زندگی خاص طور دفاتر میں کام کرنے والے خواتین وحضرات، کاروبار میں ناکام حضرات، امتحانات دینے والے طالب علموں کے لئے کامیابی اور کامرانی کے حصول کے لئے بہت مفید ہے۔

استعمال کرنے کا طریقہ اور احتیاطیں

تعویذ کو پانچ اگربتیوں کی دھونی دے کر کالے کپڑے میں سی کر کالے دھاگے کے ساتھ گلے میں ڈال لیں۔اس عمل سے آپ کی کامیابی سو فیصد 100% یقینی ہے۔اس کے ساتھ مندرجہ ذیل عمل بھی ضروری ہے۔ورنہ کامیابی کے امکانات کم ہوجاتے ہیں۔

- اللہ تعالیٰ کی مہربانیوں پر پورا یقین رکھئے کیونکہ اللہ کے علاوہ کوئی مدگار نہیں اور نہ ہی کوئی حامی ہے نہ ناصر۔
- صرف تعویذ پر بھروسہ مت کریں۔دل لگا کر محنت بھی کریں اور پھر دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ محنت کا پھل دیں۔
- جب کوئی کام کرنے لگیں یا کچھ یاد کرنے کے لئے بیٹھیں۔تو پہلے ۳۳ بار اللہُ العلیمُ الغفار پڑھ لیں۔
- رسالے میں شائع شدہ اصلی Original تعویذ استعمال کریں۔اس کی نقل یا فوٹو کاپی کرنے کی کوشش نہ کریں۔
- جب خدا سے کامیابی کی دعا کریں تو گڑگڑا کر چپکے چپکے دل سے دعا کریں۔
- تعویذ گلے میں ڈالنے سے پہلے ۵ روپے کسی مسجد میں دے دیں۔اس تعویذ کا کوئی ہدیہ۔نذرانہ یا فیس نہیں ہے۔
- تعویذ کی پشت پر دی گئی تفصیلات ضروری پُر کریں۔
- یہ تعویذ ۲۱ یوم تک پہنے رکھیں ۲۱ یوم بعد سمندر میں ٹھنڈا کردیں اور اگر مزید استفادہ کی ضرورت محسوس کریں تو اگلے ماہ کا تعویذ نئے شمارے سے حاصل کیجئے۔انشااللہ ہزاروں لوگوں کی طرح آپ بھی فیض پائیں گے۔

تعویذ برائے زندگی میں کامیابی اور کامرانی

یا اللہ	یا اللہ	یا اللہ	یا اللہ	یا اللہ
یا سمیع	یا سمیع	یا سمیع	یا سمیع	یا سمیع
یا بصیر	یا بصیر	یا بصیر	یا بصیر	یا بصیر
یا اوّل	یا اوّل	یا اوّل	یا اوّل	یا اوّل
یا آخر	یا آخر	یا آخر	یا آخر	یا آخر

تعویذ استعمال کرنے والی/والے کا نام
والدہ کا نام
تاریخ پیدائش اور برج
کس پریشانی کے لئے تعویذ استعمال ہورہا ہے

یہ مائیں' یہ بیٹیاں

ہر ماں اپنی بیٹی کو اس دنیا میں رہن سہن کی مکمل تعلیم دیتی ہیں جس کا مظاہرہ بیٹیوں کی عملی زندگی میں ملتا ہے

اگر کسی شخص کو دوست راز دار' ناصح' استاد اور تنقید کرنے والا کہا جاسکتا ہے تو وہ "ماں" ہے بچپن سے ماں' بیٹی میں بہت قربت کا رشتہ ہوتا ہے وہ جو باتیں باپ یا بھائی سے نہیں کہہ سکتیں ان کو کہنے کے لئے ماں کی مدد لی جاتی ہے یہ بھی کہا جاتا ہے کہ بیٹی کو دیکھنا ہے تو اس کی ماں کو دیکھو یعنی شکل وصورت نہیں عادات وخصلت ضرور ملتی جلتی ہوں گی جب ننھی بچیاں اپنی ماؤں کو نانی سے بڑے شوق سے باتیں کرتی دیکھتی ہیں تو ان میں بھی یہ جذبہ پیدا ہوتا ہے کہ بڑی ہو کر وہ بھی اپنی ماں سے گھل مل کر باتیں کریں گی کہتے تو ہیں کہ مائیں بیٹیوں سے پیار کرتی ہیں اور باپ بیٹوں سے لیکن ماں' بیٹی کی محبت ایک جداگانہ چیز ہے مائیں جب کپڑے زیور پہنتی ہیں تو بیٹیوں کے دل میں بھی امنگ اٹھتی ہے کہ وہ بھی ایسا ہی کریں گی' اس سے انکار ممکن نہیں۔

اکثر مائیں جیسی خدمت شوہر کی کرتی ہیں یعنی کھلانا' کپڑے نکال کر دینا ہر بات کا خیال رکھنا لڑکیاں اس سے سیکھتی ہیں وہ بھی شوہر سے اسی طرح پیش آتی ہیں۔

گویا بیٹی کے دل میں ماں کے لئے ایک خاص مقام ہوتا ہے جو عمر کے ساتھ پختہ ہوتا جاتا ہے۔ اگر ماں تکلیف میں ہو تو بیٹی سب سے پہلے بے چین ہوتی ہے۔ حتی الامکان اس کا تدارک کرنے کی کوشش کرتی ہے حالانکہ مائیں ڈانٹتی مارتی اور روک ٹوک کرتی رہتی ہیں۔

مائیں بیٹیوں کے لئے فرشتۂ رحمت ہیں۔ وہ انہیں زمانے کی اونچ نیچ گرم اور سرد سے بچنے کی تراکیب سکھاتی ہیں بچپن میں اسے امور خانہ داری کا شوق دلایا جاتا ہے تیمارداری' مہمانداری' دعوتوں کا اہتمام کرنا سکھاتی ہیں۔ اخلاق کے معاملے میں وہ سخت گیر ہوتی ہیں بیٹیوں کو محبت' شفقت' انا اور خودداری کا پیکر بناتی ہیں۔

تعلیم یافتہ مائیں مرد عزیزوں کی نفسیات سے آگاہ کرنے کی کوشش کرتی ہیں۔ نوجوانوں کی حرکات وسکنات سے مطلع کرتی' اعتماد کی تربیت بھی دیتی ہیں۔ گویا اس دنیا میں رہن سہن کی تعلیم مکمل مائیں دیتی ہیں۔ جس کا مظاہرہ بیٹیوں کی عملی زندگی میں ملتا ہے۔ لڑکیوں کے اچھے شوق کو مہمیز دینا اور معیوب کی سختی سے ممانعت ماں ہی کرتی ہے اور میل ملاپ کن لڑکیوں سے ہے وہ کیسی ہیں۔ اس کا پتا رکھتی ہیں۔ بیٹی کے دل کی بات وہ بغیر کہے سمجھ لیتی ہیں اس طرح بیٹیاں ماؤں کے دل کا حال جان لیتی ہیں۔

بیٹیوں کے ظاہری حسن کے لئے ہدایات دیتی رہتی ہیں۔ تیل مالش کی کنگھی چوٹی بڑی شوق سے کرتی ہیں۔ اس طرح جلد کی خوشنمائی کے لئے آزمودہ نسخے استعمال کرتی رہتی ہیں۔ ماں بیٹی کا یہ سلسلہ بچپن سے چلتا ہے بعض لڑکیاں کام چور ہوتی ہیں۔ امور خانہ داری اور دیگر کاموں میں ان کا دل نہیں لگتا تو ماں زبردستی کرواتی ہیں۔ گھر سنبھالنے کے بعد یہ باتیں کام آتی ہیں اور دل سے ماں کے لئے دعا نکلتی ہے وہ ہر قدم پر ماں کے تجربے سے فائدہ اٹھاتی ہیں اور اکثر مشورہ بھی لیتی رہتی ہیں۔ نسخے بھی

آزماتی ہیں صاحب اولاد ہونے کے بعد بلکہ تا زندگی یہ سلسلہ چلتا رہتا ہے۔

ماں کا پڑھا لکھا سمجھدار ہونا بہت ضروری ہے۔ جاہل ان پڑھ پھوہڑ ماؤں کی بیٹیاں بھی ان جیسی ہوسکتی ہیں بلکہ اکثر مائیں سسرال میں بسی لڑکیوں کو سکھا سکھا کر ان کے گھر اجاڑ دیتی ہیں۔ اس چکر میں کہ داماد بس میں رہے بیٹی اس پر حاوی رہے۔ بوڑھے ماں باپ ان باتوں پر کڑھتے اور افسوس کرتے ہیں کہ اچھی بات بہو کی کیوں سمجھ میں نہیں آتی۔ اخراجات بس سے باہر ہوجائیں تو زندگی تلخ ہوجاتی ہے دوسروں کو دکھانے اور خوش کرنے کے لئے شوہر کی جیب سے بے خبر ہوجاتی ہیں اور بعض اوقات شوہر دو' دو ملازمتیں کرتے ہیں۔ کیا ظاہری عیش وعشرت اور دوسروں پر رعب ڈال کر زندگی کی خوشیاں حاصل کی جاسکتی ہیں' ہرگز نہیں۔

شادی کے بعد ماں باپ کی ذمہ داری ایک حد تک بیٹیوں کی ہوتی ہے بیٹیاں سسرالی رشتوں کو پہلے نبھائیں اگر ایسا نہ ہوتا تو دنیا میں یہ دستور کیوں بنتا کہ بیٹیاں پرایا دھن ہیں' ذمہ داریوں کی صحیح تقسیم ضرور آنا چاہئے ہر دم میکے جانے کی دھن نہ سوار کریں' ماں بھی یہ نہ کہیں کہ روز آؤ۔ یہ تو زیادتی ہے۔ ان صورتوں میں سسرال میں دل کیوں کر لگے گا؟ اجنبیت کیسے دور ہوگی؟

اکثر مائیں ہر دم واویلا کرتی ہیں ان کے پہلو میں جوان بیٹی بیٹھی ہے' چین آرام حرام ہے' رشتہ ڈھونڈ کر ہاتھ پیلے کرو۔ باپ لاکھ سمجھائے کہ تعلیم مکمل ہوجائے مگر ماں

مانتی ہی نہیں۔سب سے پہلے یہ دیکھتی ہیں کہ سسرال بڑا تو نہیں گھر میں کون کون رہتا ہے۔دولت کی ریل پیل ہے کہ نہیں؛ جو لازمی ہے اس کا نمبر بعد میں آتا ہے بیٹی عیش کرے، رانی بن کر رہے۔لڑکے کی عمر صحت عادات و خصلت کی چھان بین اشد ضروری ہیں۔آجکل تو یورپ ہوتا ہے۔مشرقی شادی دو خاندانوں کا ملاپ کہلاتی ہے۔ لڑکے کو اکثر لوگ زیادہ جہیز اور اعلیٰ تعلیم کار' بنگلہ وغیرہ کا لالچ دے کر ماں باپ کی مرضی کے خلاف شادی کروا دیتے ہیں گویا شاخ نازک کا آشیانہ ناپائیدار ہی ہوتا ہے۔ لڑکیاں سسرال کے طور طریقے نہیں اپناتیں۔ ماں کی

> بیٹی کی بہتر تربیت کے لئے ماں کا پڑھا لکھا سمجھدار ہونا بہت ضروری ہے جاہل ان پڑھ پھوہڑ ماؤں کی بیٹیاں بھی ان جیسی ہوسکتی ہیں بلکہ اکثر مائیں سسرال میں بسی بسائی لڑکیوں کو سکھا سکھا کر ان کے گھر اجاڑ دیتی ہیں

امریکا میں رہنے والے لڑکوں کو اہمیت دی جاتی ہے داماد سیدھا ہو اللہ میاں کی گائے' لڑکی کے کہنے پر چلے۔ یہ ماؤں کی بھول ہے اس پر غور کریں۔

بیٹیوں کی اگر رائے لی بھی جائے تو ماں کے سامنے حامی بھر لیتی ہیں اظہار کی جرات کم ہوتی ہے۔گزارہ تو انہیں ہی کرنا ہے بعد میں بھگتنا انہیں ہی ہے، بہت کم ماؤں کا رویہ سسرال والوں سے دوستانہ ہوتا ہے اگر ہو بھی تو دکھاوا طرف سے بیٹی کو ہدایات ملتی ہیں اور وہ اسی پر چلتی ہیں ماؤں کو سمجھنا چاہئے کہ ہر گھر کی روایات اور طور طریقے الگ ہوتے ہیں دونوں طرف کی پسندیدہ باتیں لڑکیاں اپنا لیں۔اکثر مائیں بیٹیوں کے گھر اپنے گھر سے قریب لینے کی تاکید کرتی ہیں کہ ہر دم آنا جانا رہے اور اس طرح دخل اندازی اور چخ چخ ہونے لگتی ہے۔

مائیں عموماً اپنے خاندان میں رشتہ کرنا چاہتی ہیں اور باپ لڑکی کو اپنے رشتہ داروں میں منسوب کرنا چاہتا ہے۔ یوں اچھا خاصہ تنازع بن جاتا ہے۔اصل خوبیاں پیچھے رہ جاتی ہیں۔اب تو میڈیکل رپورٹس کے مطابق عزیز داری میں شادی نہیں کرنی چاہئے۔ ماں بیٹی کی شادی اور زچگی کے بعد ڈاکٹر کی ایک نہیں سنتیں بلکہ وہ نسخے جواب متروک ہیں استعمال کرتی ہیں۔میری بیٹی کمزور ہے اس کے پاس آیا رہنی چاہئے۔بعض اوقات ضرورت سے زیادہ محبت نقصان پہنچاتی ہے۔آج کل کی بیٹیاں بلکہ مائیں بھی تعلیم یافتہ ہیں مگر دقیانوسی سوچ کا کچھ نہیں کیا جاسکتا۔یوں گھی شکر کھلا کر اسے پھلا دیا جاتا ہے اُٹھنا بیٹھنا دوبھر ہو جاتا ہے' پرورش اولاد ایک مشکل کام ہے۔سلیقہ نہ ہو تو اولاد خود ماں باپ کے لئے آزمائش کا باعث بن جاتی ہے۔وقت پر اصلاح کر لی جائے تو ماں اور بیٹی دونوں خوش رہ سکتی ہیں۔

(صائمہ جاوید.....سکھر)

J990519

بچے کی تربیت

بچے کس کو پیارے نہیں ہوتے پیار و محبت کی شدت ہی کا ایک پہلو یہ ہے کہ ہم اس کی ضرورت سے زیادہ دیکھ بھال اور نگرانی کرتے ہیں اور چاہتے ہیں اس کو کسی قسم کا ضرر نہ پہنچے جسمانی طور پر بھی وہ تندرست رہے اور ذہنی و جذباتی لحاظ سے بھی صحت مند اس کے کردار اس کی عادات اچھی رہیں اور وہ بڑا ہو کر ایک متوازن اور کامیاب انسان بنے شاید اس شدت آرزو ہی کا نتیجہ ہوتا ہے۔

غالباً تصور یہ ہوتا ہے کہ اگر بچے کو بری عادات سے بچا لیا جائے تو سمجھئے اس کی تربیت کا حق ادا ہو گیا چنانچہ ہماری نصیحت کا انداز عموماً یہ ہوتا ہے کہ یہ نا کرو! وہ نہ کرو' یہ کام نہیں کرتے! وہ کام اچھا نہیں ہے! یوں نہیں کرتے! یہ کام اس طرح نہ کرو!

آپ کا مقصد تو نہایت نیک ہے یعنی آپ چاہتے ہیں کہ اپنے بچے کو انسان بنائیں لیکن معاف کیجئے آپ کا طریقہ موزوں نہیں ہے آپ جو کچھ چاہتے ہیں اس کیلئے طریقہ بھی وہی اختیار کیجئے۔

بچہ بھی ایک مستقل شخصیت ظاہر کر سکے آپ اس کی اپنی شخصیت کو دبایئے نہیں سب سے اہم یہ کہ اپنی شخصیت کو اس پر مسلط نہ کیجئے آپ سے بھی مختلف شخصیت ہوسکتی ہے آپ سے بھی اچھی جہاں تک ممکن ہو اپنے بڑے پن کو کام میں نہ لایئے۔ بچے سے معمولی (نارمل) لہجے میں بات کیجئے بات چیت اور رویے میں غصے جھلاہٹ' جھنجھلاہٹ اکتاہٹ چڑ چڑے پن اور کھردرے پن کا ثبوت نہ دیجئے۔بچہ آپ ہی سے سیکھتا ہے آپ ہی کی نقل کرتا ہے اور ہر بات میں ویسا ہی عمل ظاہر کرنے کی کوشش کرتا ہے جیسا آپ کرتے ہیں اس کے اقوال و افعال کے لئے نمونہ آپ ہی ہیں جیسا دیکھے گا ویسا ہی کرے گا جیسا سنے گا ویسا ہی کہے گا آپ کے رویے میں درشتی کے ساتھ ساتھ ضرورت سے زیادہ نرمی اور لجاجت اور گراوٹ بھی نہیں ہونی چاہئے کیونکہ بچوں کو متوازن بنانا ہے اخلاق اور گفتگو میں بھی افراط و تفریط نہیں ہونی چاہئے اپنے بچے کو ہمیشہ تعمیری مشورے دیجئے دوستانہ رہنمائی کا انداز اختیار کیجئے منفی کے بجائے مثبت رویہ اختیار کیجئے اگر ایک کام کو آپ غلط یا برا بتائیں تو صحیح اور اچھے کام کی بھی نشاندہی کر دیجئے اس طرح ایک مثبت ذہن تیار ہوگا۔ذہنی صحت و توازن کی بنیاد پڑے گی اور بچے ذہنی طور پر زیادہ توانا ہوگا۔

(مریم اسد...... فیصل آباد)

سیدھی سادھی بات

اگر بیٹے یا بیٹی میں بظاہر کوئی خرابی نہیں

لیکن پھر بھی رشتے نہ آتے ہوں

یا رشتے تو آتے ہوں لیکن واپس چلے جاتے ہوں

تو سیدھی سادھی بات ہے

کہ اس سلسلے میں روحانی مشورہ کی ضرورت ہے۔

ابتدائی طور پر تین روز تک

اللّٰہُ اللطیفُ الظاہرُ

رات سوتے وقت ۳۱۳ بار پڑھیں۔

جو خواب نظر آئیں

وہ ہمارے فون نمبر 34923667 پر بتائیں۔

غصے کی حالت میں خود پر قابو پائیں

محبت، غم اور خوشی کے جذبات کی طرح غصہ بھی انسانی فطرت کا ایک اہم حصہ ہے' اگر چہ ایک غصیلہ شخص نہ صرف دوسروں کو ناراض کرتا ہے بلکہ وہ خود بھی خوش نہیں رہتا' غصہ انسان کو شدید ذہنی اذیت میں مبتلا کرتا ہے' اب اس بات کو تسلیم تو کرنا ہی پڑے گا کہ غصہ بذات خود ایک تباہ کن چیز نہیں ہے بلکہ یہ انسان کی جبلت میں شامل ہے۔

ذرا معمولی کوشش سے ہم غصہ کے اظہار کے تعمیری نتائج برآمد کر سکتے ہیں اگر غصہ کا جذبہ انسانوں سے مقصود ہوجائے تو انسانوں میں دوسروں کا مقابلہ کر کے دنیا میں آگے بڑھنے کی صلاحیت ختم ہوجائے گی' جارحانہ انداز اپنائے بغیر ہم اپنا حق حاصل نہیں کر سکتے لیکن بعض اوقات انسان غصے کی حالت میں جو فیصلہ بھی کرتا ہے اس پر بعد میں بھی ہر حال میں عمل کرتا ہے' غصہ کی حالت میں انسان عام حالات سے زیادہ پر جوش ہوجاتا ہے یہی دیکھنے میں آیا ہے کہ روز مرہ کی زندگی میں ایک غصیلہ اور بدتمیز انسان نا پسندیدہ تصور کیا جاتا ہے اور کوئی بھی اسے دوست یا مہمان بنانا پسند نہیں کرتا وہ اپنے غصہ کی وجہ سے دوسروں کی ناپسندیدگی کا نشانہ بنتا ہے۔ غصیلہ انسان بہت کچھ ضائع کر دیتا ہے گنوا بیٹھتا ہے لیکن اس کے باوجود بھی ہم اپنے غصہ کو تباہ کن ہونے سے بچا سکتے ہیں۔

غصہ ہمارے اندر ایک تعمیری قوت ضرور پیدا کرتا ہے لیکن اگر ہم اپنے غصے پر تھوڑا سا قابو پالیں تو ہر کام حالات کی نسبت بہت زیادہ فوائد حاصل کر سکتے ہیں۔ فوری طور پر غصہ کا اظہار کرنے کے بجائے ہمیں یہ سوچنا چاہئے کہ ہمیں کیوں غصہ آیا۔ غصے کی وجہ کو دور کرنے سے خود بخود ہمارا غصہ دور ہوجائے گا' یہ بھی ضروری ہے کہ دوسرا شخص بھی یہ سوچ لے کہ اس کے ایسا کرنے سے کسی کو غصہ آسکتا ہے تو وہ اپنی اس عادت یا کام کو چھوڑ سکتا ہے۔ بعض اوقات ایسا بھی ہوتا ہے کہ بیماری کی حالت میں انسان غصیلہ ہوجاتا ہے۔ بلڈ پریشر' سر درد اور شدید گرمی کے موسم میں انسان چڑچڑا ہوجاتا ہے اسے ہر چیز اور ہر انسان برا لگتا ہے' ایسے میں دوسروں سے ناراض ہونے کے بجائے صبر کرنا چاہئے اور اس کے غصہ کی وجہ کو سمجھتے ہوئے خاموش ہوجانا چاہئے' ذہنی پریشانی' خوف اور گھبراہٹ بھی انسان پر جھنجھلاہٹ طاری کر دیتی ہے۔

وہم کی بیماری میں مبتلا افراد بھی اکثر بلکتے جھلکتے نظر آتے ہیں' بے روزگاری اور غربت بھی غصہ پیدا کر دیتی ہے' جب انسان اپنی ضروریات کسی طریقے سے پوری نہ کر پارہا ہو خاندانی جھگڑے' شوہر یا بیوی کے ساتھ ذہنی ہم آہنگی کی کمی' بچوں کے مسائل' دفتری الجھنیں انسان کو سخت چڑچڑا' بدمزاج اور جھگڑالو بنا دیتی ہیں ایسے بچے جو بچپن میں بنیادی سہولتوں اور ماں باپ کے پیار سے محروم رہے ہوں اکثر بدتمیز ہوجاتے ہیں اور ان کی شخصیت اتنی ٹوٹ پھوٹ جاتی ہے کہ جوان ہو کر بھی وہ کسی کے ساتھ سمجھوتہ کرنے کے لئے تیار نہیں ہوتے ایسے لوگ دوسروں کی خوشیوں بھری زندگی دیکھ کر اپنے آپ سے الجھتے ہیں اور پریشان ہوتے ہیں ایسی تمام صورتحال میں انسان سخت زود حس اور کمزور ارادے کا بدمزاج آدمی بن جاتا ہے جو ذرا ذرا سی بات پر بھڑک اٹھے۔

یہ بات غلط ہے کہ غصہ انسان کے دل کا غبار نکال دیتا ہے۔ غصہ ذہنی اور جسمانی صحت کے لئے سخت نقصان دہ ہے اور بہت سی بیماری صرف غصہ کرنے سے اور چڑچڑے پن سے پیدا ہوتی ہے۔ مثلاً کمر درد' بلڈ پریشر اور بدہضمی وغیرہ۔ اگر کسی شخص کو غصہ آجائے تو فوری کوئی قدم اُٹھانے سے گریز کرنا چاہئے اور خود کو دوسرے کاموں میں مصروف کر لینا چاہئے غصے کی حالت میں کچھ بولنے سے پہلے تھوڑی دیر تک چپ رہیں تو بہتر ہے' اس طرح آپ اس چیز کے حیرت انگیز نتائج دیکھیں گے۔ غصہ کی حالت میں اگر غصہ کم نہ ہو رہا ہو تو آپ ایسا کوئی کھیل کھیلیں جس میں آپ کی توانائی خرچ ہو اور آپ جارحانہ انداز اپنا سکیں غصے کے بعد کہ مضر اثرات سے بچنے کے لئے بہترین طریقہ ہے کہ خاموشی اختیار کی جائے اپنے غصے میں بھی اور دوسرے کہ غصے میں بھی اکثر اوقات ہمیں ان باتوں یا کاموں پر پچھتانا پڑتا ہے جو ہم نے غصے میں کئے ہوتے ہیں اپنے آپ کو مختلف قسم کے اچھے کاموں میں مصروف رکھنا چاہئے۔ تا کہ ہمارا ذہن تازہ دم رہے اور ہم دوسروں کی سخت باتوں کو نظر انداز کر دیا کریں وقت کی پابندی ہمیں ذہنی پریشانی اور کوفت سے محفوظ رکھتی ہے اور ہمارے اندر ایک دوسرے کو برداشت کرنے کا حوصلہ پیدا کرتی ہے اس کا یہ مطلب بھی نہیں کہ ہم اپنی شخصیت کو ختم کر دیں اور دوسروں کی مرضی پر چلنے لگیں بلکہ ہمیں اپنے رویہ میں لچک پیدا کرنے کی کوشش کرنی چاہئے۔

> **غصہ ذہنی اور جسمانی صحت کے لئے سخت نقصان دہ ہے اور بہت سی بیماریاں صرف غصہ کرنے سے اور چڑچڑے پن سے پیدا ہوتی ہے**

غصہ جب بھی آئے وضو کر لیں' درود شریف پڑھنا شروع کر دیں اگر نماز کا وقت ہے تو نماز ادا کریں اس سے آپ کو روحانی سکون حاصل ہوگا' اپنے اندر دوسروں کو برداشت کرنے کی عادت ڈالیں اگر ہم دوسروں کو برداشت نہ کر سکے تو ہمیں کون برداشت کرے گا۔

(غازی صلاح الدین......حیدر آباد) RQ030903

جاب کیسے حاصل کی جائے؟

انٹرویو کے دوران غیرضروری گفتگو سے پرہیز کریں

کیونکہ اس طرح آپ کا منفی تاثر قائم ہوگا

دیکھنے میں آیا ہے کہ اکثر نوجوان انٹرویو دینے سے گھبراتے ہیں حالانکہ ان کا تعلیمی کیریئر شاندار ہوتا ہے مگر انٹرویو کے وقت ان کے اعتماد کا خاتمہ ہوجاتا ہے لہٰذا اچھی خاصی ملازمت کا موقع ہاتھ سے نکل جاتا ہے۔ یہاں ہم اپنے نوجوان ساتھیوں کو انٹرویو دینے کے اصول اور جاب کے حصول کے لئے اہم معلومات فراہم کریں گے۔

☆ملازمت کی تلاش

تعلیم مکمل ہونے کے بعد ملازمت کا حصول ایک مشکل مرحلہ ہے۔ دیکھنے میں آیا ہے کہ اکثر ذہین و قابل نوجوان بیروزگار بیٹھے ہوئے ہیں کیونکہ انہیں یہی معلوم نہیں ہوتا کہ جاب کیسے حاصل کی جائے؟

- سب سے پہلے تو یہ ضروری ہے کہ آپ روزانہ کے اخبارات میں کلاسیفائیڈ کے صفحہ کا جائزہ لیں۔ اس میں ہر شعبے سے متعلقہ ملازمت مشتہر کی جاتی ہیں۔ اس میں اپنی پسند کی ملازمت تلاش کریں۔
- اپنے جاننے والوں سے کہیں جو اچھے اداروں میں ملازمت کرتے ہوں یا ان کے مختلف اداروں سے تعلقات ہوں۔
- اپنے اساتذہ و اپنی فیلڈ کے ماہرین سے رابطہ میں رہیں۔

☆ انٹرویو کی تیاری

اگر آپ کو انٹرویو کال آجائے تو پھر ضروری ہے کہ آپ خود کو ذہنی طور پر انٹرویو کے لئے تیار کرلیں۔

- انٹرویو کے لئے جانے سے پہلے اپنے ادارے کے بارے میں مکمل معلومات حاصل کرلیں کہ ادارہ کس قسم کا ہے، ادارہ کی شہر میں یا ملک میں کیا پوزیشن ہے اور اس کی ریپوٹیشن کیا ہے۔
- انٹرویو کے لئے اچھے لباس کا انتخاب کریں جو آپ کا مثبت تاثر قائم کرنے میں مدد دے۔ ''اوورڈریسنگ'' ہرگز نہ کریں۔ لڑکیاں سادہ شلوار قمیص پہنیں، بلاوجہ کا بھاری میک اپ نہ کریں اور بھاری جیولری سے پرہیز کریں۔ لڑکے پینٹ شرٹ پہن سکتے ہیں، تیز پرفیوم سے پرہیز کریں۔
- انٹرویو سے ایک دو دن پہلے مذکورہ ادارے (جہاں انٹرویو دینے جارہے ہیں) میں فون کرکے انٹرویو کا صحیح وقت معلوم کرلیں۔
- اپنی اہم وضروری دستاویزات کو ایک فائل میں لگائیں اور اچھی طرح چیک کرلیں کہ کوئی اہم چیز کم تو نہیں ہے۔
- انٹرویو سے ایک دو دن پہلے ایسے سوالات ذہن میں رکھیں جو آپ سے پوچھے جاسکتے ہیں۔
- انٹرویو سے ایک دن پہلے رات کو صحیح وقت پر سوجائیں تاکہ صبح جلدی اٹھیں اور تروتازہ دکھائی دیں۔ آنکھوں سے نیند کا خمار ظاہر نہ ہو۔
- انٹرویو والے دن صبح جلدی اٹھیں اور ہلکی پھلکی ورزش کریں۔
- صبح نہاکر تازہ دم ہوجائیں اور ناشتہ ضرور کریں۔
- گھر سے نکلنے سے پہلے تمام اہم کاغذات و دیگر چیزیں ضرور چیک کرلیں۔
- انٹرویو کے لئے صبح جلدی نکلیں تاکہ آپ صحیح وقت پر پہنچ سکیں۔
- انٹرویو کے کمرے میں جانے سے پہلے اپنے حواس برقرار رکھیں۔ خوداعتمادی سے اردگرد کا جائزہ لیں۔ اپنے ساتھ بیٹھے ہوئے نوجوانوں سے گفتگو کریں تاکہ آپ کے اعتماد میں اضافہ ہو۔
- جب آپ کا نام پکارا جائے تو خوداعتمادی سے اندر جائیں۔
- کمرے میں داخل ہونے سے پہلے اندر آنے کی اجازت طلب کریں۔ اجازت ملنے کے بعد داخل ہوں اور تمام ارکان کو سلام کریں، اس کے بعد بیٹھنے کی اجازت مانگیں۔
- آرام سے کرسی پر بیٹھیں اور چہرے سے گھبراہٹ کا تاثر پیدا نہ ہونے دیں۔
- جب آپ سے آپ کی فائل طلب کی جائے تو سیدھے ہاتھ سے پکڑائیں۔
- انٹرویو کے ارکان کی جانب نگاہ رکھیں اور غور سے ان کے سوالات سُنیں۔
- انٹرویو کے وقت تمام سوالات غور سے سنیں اور کوشش کریں کہ مختصر مگر جامع الفاظ میں تمام تر سوالات کے جوابات دیں۔
- انٹرویو کے وقت غیرضروری ''باڈی لینگویج'' سے پرہیز کریں۔ بلاوجہ سر نہ ہلائیں، انگلیاں نہ چٹخائیں، غیرضروری ہاتھ نہ ہلائیں کیونکہ اس طرح آپ کا منفی تاثر قائم ہوگا۔
- انٹرویو دیتے وقت بہت زیادہ بولنے سے پرہیز کریں۔ بلاوجہ کی تمہید نہ باندھیں۔
- انٹرویو کے لئے جوابات اتنے مختصر بھی نہ دیں کہ سامنے والا صحیح معلومات حاصل نہ کرسکے۔
- انٹرویو کے دوران ہلکی مسکراہٹ چہرے پر رکھیں تاکہ آپ بااخلاق نظر آئیں۔
- انٹرویو ختم ہونے کے بعد تمام اراکین کا شکریہ ضرور ادا کریں کہ انہوں نے آپ کو ''انٹرویو'' کے لئے بلایا۔ یہاں اس مضمون میں ہم نے نوجوان ساتھیوں کو انٹرویو سے متعلق اہم وضروری باتیں بتانے کی کوشش کی ہے۔ ہمیں امید ہے کہ ہمارے ساتھی انٹرویو کے لئے جانے سے پہلے انہیں مد نظر رکھیں گے اور اس طرح وہ ایک اچھی جاب حاصل کر پائیں گے۔

(سکینہ جمال......کراچی)

تعویذ حل المشکلات وحصول المقاصد

ہر مشکل کو حل کرنے اور آپ کے مقاصد کو حاصل کرانے والی ذات اللہ تعالیٰ کی ہے۔لیکن اللہ تعالیٰ نے کچھ وسیلے اور طریقے رکھے ہیں جنہیں بزرگوں نے عام لوگوں کی سہولت کے لئے ظاہر کیا ہے۔ان ہی بزرگوں کی فضیلت کے طفیل ہم یہ تعویذ شائع کر رہے ہیں۔اس تعویذ کو یہاں سے کاٹ کر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

اس تعویذ کو مختلف مسائل اور مشکلات کے حل کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔مثلاً

...... روزی میں بندش ہو،کوششوں کے باوجود کاروبار نہ چلتا ہو۔

...... نوکری حاصل کرنا چاہتے ہوں مگر بے روزگاری پیچھا نہ چھوڑتی ہو۔

...... لڑکے یا لڑکیوں کے رشتے نہ آتے ہوں یا رشتے آتے ہوں تو بات طے نہ ہوتی ہو۔

...... کسی خاص جگہ شادی کرنا چاہتے ہوں لیکن اس جگہ شادی میں رکاوٹ ہو۔

...... شوہر بیوی کے ساتھ یا بیوی شوہر کے ساتھ برا سلوک کرتے ہو۔

...... ملک سے باہر جانا چاہتے ہوں لیکن تمام کوششیں ناکام ہوجائیں۔

...... ایسی بیماری ہو جس کا مسلسل علاج کرنے کے باوجود بیماری نہ جاتی ہو۔

...... آپ کو شک ہو کہ جادو ٹونے کے ذریعے آپ کے ہر کام میں رکاوٹ پیدا کی جاتی ہو۔

استعمال کرنے کا طریقہ اور احتیاطیں

آپ اس تعویذ کو کسی بھی روز (اگر جمعرات میسر آجائے تو بہتر ہے) کو دی گئی جگہ سے کاٹیں پلاسٹک کوٹنگ یا موم جامہ کرکے پانچ اگر بتیوں کی دھونی دیں اور کالے کپڑے میں سی کر گلے یا سیدھے ہاتھ پر کہنی سے اوپر باندھ دیں۔ایک تعویذ ایک ہی شخص کے لئے اور اکیس روز پہنا جائے گا۔گزرے ہوئے ماہ کا تعویذ استعمال نہ کریں ہوسکتا ہے کہ آپ کے مقصد میں کامیابی میں تاخیر ہو اور آپ کو کئی ماہ تک یہ تعویذ استعمال کرنے پڑے مگر یہ تعویذ کسی بھی صورت میں کسی کے لئے بھی نقصان دہ نہیں ہے۔

اس تعویذ کو استعمال کرنے سے پہلے اور بعد میں یہ بات اچھی طرح سمجھ لیں کہ آپ کی حفاظت کرنے والی اور آپ کی مشکلات کو حل کرنے والی ذات صرف اللہ تعالیٰ کی ہے۔اللہ پر ہی بھروسہ کریں اسی سے مانگیں وہی ہمارا آقا اور مددگار ہے۔تعویذ استعمال کرنے کے لئے نماز جمعہ کے بعد پانچ روپے کسی بھی مسجد میں دے دیں۔ہماری طرف سے اس تعویذ کا کوئی ہدیہ،نذرانہ یا فیس نہیں ہے۔

ہوسکتا ہے تعویذ کے ایک دفعہ کے استعمال سے آپ کا مسئلہ حل نہ ہو تو اس صورت میں اگلے ماہ کے رسالے سے نیا تعویذ استعمال کریں۔اگر آپ چاہیں تو ٹیلی فون یا خط کے ذریعے مزید تفصیلات معلوم کرسکتے ہیں۔

روشنی سینٹر، چاندنی چوک، اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔فون 34923667

تعویذ حل المشکلات و حصول المقاصد

ر	ا	ب	ج	ل	ا
ر	ا	ت	س	ل	ا
د	ح	ا	و	ل	ا
ل	ی	ک	و	ل	ا

تعویذ استعمال کرنے والی/والے کا نام
والدہ کا نام
تاریخ پیدائش اور برج
کس مقصد کے لئے تعویذ استعمال ہو رہا ہے

August
2016

ARIES برج حمل

کاروباری شراکت رکھنے والے حملی افراد کے لئے یہ ماہ خاص طور پر موافق ثابت ہوگا لیکن ساتھ ہی مالی امور میں لوگوں کے مزاج کو سمجھنا ضروری ہوگا' دوسروں پر زیادہ اعتماد نہ کریں' کئی اہم معاملے آپ کے سپرد کردیئے جائیں گے۔صحت کا خاص خیال رکھیں۔

TAURUS برج ثور

اس ماہ غیر متوقع طور پر روپیہ حاصل ہونے کا امکان ہے اخراجات میں خاطر خواہ اضافہ ہوگا اس ماہ اضطرابی کیفیت سے دوچار ہوں گے۔تعلیمی سلسلے میں لاحق مایوسی کو ختم کرنے کی کوشش بارآور ثابت ہوگی' چنانچہ یہ ماہ آپ کے تمام معاملات کے لئے ترقی پذیر ثابت ہوگا۔

GEMINI برج جوزا

اس ماہ اختلاف اور جھگڑے کے علاوہ حادثات ہونے کا بھی اندیشہ ہے۔مالی لحاظ سے مختلف رویہ اختیار کریں۔ اس ماہ اپنی تخلیقی کاوشوں کو ابھار کر وسعت پیدا کرسکیں گے۔ ملازمت پیشہ افراد کے لئے یہ ماہ کچھ پریشانی کا باعث بنے گا۔

CANCER برج سرطان

یہ ماہ خرید و فروخت اور لین دین سے متعلق موافق ثابت ہوگا۔لوگوں کے ساتھ تعلقات زیادہ بہتر ہوں گے۔شریک حیات کی صحت کا خاص خیال رکھیں۔اس ماہ کے وسط میں کسی حادثے کے پیش آنے کا امکان ہے۔تعلیمی کیریئر شاندار کامیابی حاصل ہوگی۔

LEO برج اسد

اس ماہ اسدی افراد یہ محسوس کریں گے کہ ان کے معاملات ایک نیا رخ اختیار کررہے ہیں' روحانی علوم کی طرف رغبت بڑھ جائے گی' گھریلو معاملات میں احتیاط سے کام لیں' کشیدگی پیدا ہونے کا امکان ہے۔اس ماہ ذاتی جائیداد کے تحفظ میں رکاوٹیں حائل ہوں گی۔

VIRGO برج سنبلہ

اس ماہ آپ کے طرز عمل اور خیالات میں تبدیلی رونما ہوگی۔قریبی رفقاء آپ کے روزمرہ کے معاملات میں غیر معمولی سرگرم کردار ادا کریں گے۔اپنے کاروبار کو مستحکم بنانے کے لئے اپنی صلاحیتوں کو ابھاریں' منگنی یا شادی کے طے پانے کا امکان ہے۔

LIBRA برج میزان

اس ماہ کاروباری معاملات اور تمام تجارتی سرگرمیاں سبک روی سے جاری رہیں گی۔مالی معاملات اتار چڑھاؤ سے بے سکونی رہے گی۔ملازمت میں لوگوں کا تعاون ملے گا' سماجی امور میں نئے لوگوں کے ساتھ تعلقات مفید ثابت ہوں گے۔اس ماہ التواء میں پڑے کام ہوجائیں گے۔

SCORPIO برج عقرب

یہ ماہ سیر و تفریح یا کاروباری سفر کرنے والے عقربی افراد کے لئے اہم ثابت ہوگا۔تعلیمی امور میں تسلی بخش کامیابی حاصل ہوگی۔خود اعتمادی میں اضافہ ہوگا' سودمند نقل مکانی عمل میں آسکتی ہے۔اس ماہ جن لوگوں سے امیدیں وابستہ کیں تھیں وہ مکمل طور پر تعاون کریں گے۔

SAGITTARIUS برج قوس

اس ماہ لیا گیا قرضہ مشکلات میں ڈال سکتا ہے' یہ ماہ جاہ طلبی کے معاملات اور کیریئر سے متعلق منصوبہ بندی اور نئے راستے تلاش کرنے میں اہمیت کا حامل ثابت ہوگا۔اخراجات میں خاطر خواہ اضافہ ہوگا' اس ماہ اہم مقاصد کو آگے بڑھا سکیں گے۔

CAPRICORN برج جدی

اس ماہ جدی افراد کی ترقی و کامیابی کے مواقع خود بخود ملیں گے جلد بازی کاموں کو بگاڑ سکتی ہے۔قانونی اور آفیشل معاملات دشواری کا باعث بن سکتے ہیں۔اس ماہ کے آخری ہفتے میں حادثات ہونے کے امکانات ہیں محتاط رہیں۔ تعلیمی سرگرمیاں توجہ طلب رہیں گے۔

AQUARIUS برج دلو

اس ماہ کاروباری امور میں پریشانی رہے گی' مالی لحاظ سے بھی یہ ماہ اتار چڑھاؤ لائے گا' ملازمت پیشہ افراد کی ملازمت میں ترقی و کامیابی کے مواقع خود بخود ملیں گے۔ اس ماہ آخر انتہائی جدوجہد لائے گا' لوگوں کی توقعات آپ سے بہت زیادہ وابستہ ہوں گی۔

PISCES برج حوت

اس ماہ سفر میں آپ کو احتیاط کی ضرورت ہوگی' یہ ماہ صحت میں نمایاں بہتری لائے گا۔تعلیمی معاملات میں دینی تعلیم کی طرف رغبت ہوگی۔نصف ماہ کے بعد سوشل سرگرمیاں آپ کے معاملات پر سرگرم اور مفید کردار ادا کریں گے۔شادی یا منگنی کی صورت میں خوشی حاصل ہوگی۔

جلد کی حفاظت

قبل از وقت بڑھاپے سے بچاؤ کا بہترین طریقہ ہے

کیا آپ کو معلوم ہے کہ آپ کے اور اس پُرخطر دنیا کے درمیان کیا چیز حائل ہے؟

جی ہاں آپ کی جلد! جس کا رقبہ تقریباً 20 مربع فٹ ہے اور جس کی موٹائی جسم کے مختلف حصوں میں مختلف ہوتی ہے۔ مثلاً پلکوں میں ایک انچ کا پچیسواں حصہ سے لیکر پیر کے تلے میں ایک چوتھائی انچ۔ یہ صرف جراثیم کے خلاف حفاظتی ڈھال ہی نہیں ہے بلکہ ایک نہایت ہی مستعد اور قابل عضو ہے۔ یہ آپ کے جسم کا درجۂ حرارت معمول پر رکھنے سے لیکر دیگر کئی امور احسن طور پر نمٹاتی ہے۔ یہ اپنے اعصابی نظام کی بناء پر آپ کو سردی، گرمی، چوٹ کے خطرات سے آگاہ کرتی ہے۔ ناخن اور بالوں کی پیدائش اور پرورش کرتی ہے۔ جسم سے فاضل مادوں کو خارج کرتی ہے رنگدار مادہ پیدا کرتی ہے۔ جو سورج کی شعاؤں سے آپ کو بچاتا ہے اور جھڑ کنے والی جلد کی جگہ مسلسل نئی جلد کو جنم دیتی ہے۔

جلد کا سب سے اہم کردار جسم کے درجۂ حرارت کو معمول پر رکھنا چاہئے۔ اس میں موجود خون کی نالیوں کے اعصاب ان نالیوں کو بوقت ضرورت پھیلا یا سکیڑ سکتے ہیں اور تقریباً بیس لاکھ پسینہ پیدا کرنے والے غدودوں کو احکامات دے سکتے ہیں۔

جب موسم گرما ہوتا ہے تو خون کی نالیاں مزید کھل جاتی ہیں تا کہ جسم سے گرمی کو نکالنے میں مدد دے سکیں اور پسینہ کے غدود نصف گیلن پانی کو جسم سے خارج کر سکتے ہیں تا کہ آپ آرام سے رہ سکیں۔ اس کے برعکس جب سردی زیادہ ہوتی ہے تو پسینہ آنا کم ہو جاتا ہے اور خون کی نالیاں سکڑ جاتی ہیں۔ یہ نظام اتنی درستگی سے اپنا کام کرتا ہے کہ ایک صحت مند فرد کے جسم کا درجۂ حرارت عام حالات میں ہر موسم میں اور ہر علاقہ میں 6ء98 ڈگری فارن ہائیٹ سے بہت زیادہ بڑھنے یا گھٹنے نہیں دیتا۔ جلد کی سطح زندگی کی سختیوں اور ناہمواریوں سے بچاؤ کے لئے تہ بہ تہ بنی ہوتی ہے نیز بارش سے بچنے کیلئے بھی اس میں بڑا اہتمام کیا گیا ہے۔ جلد پر اربوں کے حساب سے سوراخ بنے ہوئے ہیں لیکن کمال کی بات یہ ہے کہ اگر گردن سے نیچے ہمارا سارا جسم سالوں پانی کے اندر رہے تو بھی ان سوراخوں سے پانی جسم کے اندر داخل نہیں ہوسکتا۔ اس کی وجہ تیل پیدا کرنے والے غدود اور ان کی عجیب وغریب بناوٹ ہے۔

ہماری جلد کے ہر حصے میں بال موجود ہوتے ہیں۔ یہ اور بات ہے کہ بعض جگہوں (سر، چہرہ، بغل وغیرہ) میں یہ اتنے زیادہ ہوتے ہیں کہ دور سے بھی نظر آجاتے ہیں اور بعض حصوں میں (گردن، پیٹ وغیرہ) میں یہ اتنے باریک اور کم ہوتے ہیں کہ قریب سے بھی نظر نہیں آتے۔ جلد ان بالوں کی پیدائش کرتی ہے اور باریک خون کی نالیوں سے ان کی غذائی ضروریات کو پورا کرتی ہے نیز تیل خارج کر کے انہیں نرم اور ملائم رکھتی ہے۔ ان میں نصب اعصاب کی وجہ سے بالوں کے کھنچاؤ سے تکلیف کا احساس ہوتا ہے۔ باریک عضلات سے وابستہ ہونے کی بناء پر یہ بال اچانک ٹھنڈ لگنے یا خوف کی حالت میں کھڑے ہوجاتے ہیں۔

> جلد کا جذبات سے بڑا گہرا تعلق ہے یہ تو
> روزمرہ کا مشاہدہ ہے کہ
> شرم اور پریشانی سے ہم
> سرخی مائل اور خوف کی حالت میں
> زردی مائل ہوجاتے ہیں

جلد کے اندر دو ارب چھوٹے چھوٹے تیل پیدا کرنے والے غدود موجود ہوتے ہیں جو انسان کی کھال کو چکنا رکھتے ہیں تا کہ وہ خشک نہ ہوجائے اور اس میں شمار لچکدار ریشے ہوتے ہیں۔ جو جلد کو مناسب طور پر چڑھائے رکھتے ہیں، زیر جلد نرم و ملائم روغنیات کی تہ ہوتی ہے جو بڑھاپے میں گل جاتی ہے یہی وجہ ہے کہ بوڑھے افراد کو سردی زیادہ محسوس ہوتی ہے۔ جلد کا جذبات سے بڑا گہرا تعلق ہے۔ یہ تو روزمرہ کا مشاہدہ ہے کہ شرم اور پریشانی سے ہم سرخی مائل اور خوف کی حالت میں زردی مائل ہوجاتے ہیں۔

بڑھاپے میں جلد پر جھریاں پڑجاتی ہیں لیکن اس کے لئے اس وقت ہم کچھ نہیں کر سکتے کیونکہ زیر جلد روغنیات کا ذخیرہ سب ختم ہو چکا ہوتا ہے اور لچکدار نسیج (ریشے) کی لچک جاتی رہتی ہے۔ یہ ایسا ہی ہے جیسے پرانے استعمال شدہ الاسٹک کے اندرونی لچکدار دھاگے ٹوٹ پھوٹ گئے ہوں چنانچہ جلد جگہ جگہ سے لٹک جاتی ہے۔ کوئی لوشن، کریم اور تیل کی مالش ان جھریوں کو ختم نہیں کرسکتیں۔ خوش قسمتی سے ایسے طریقے موجود ہیں جن کی مدد سے انسان وقت سے قبل بوڑھا نظر نہیں آتا۔

☆سب سے اہم طریقہ☆

سورج کی تیز شعاؤں سے بچنا ہے۔ کیا آپ کو معلوم ہے کہ سورج کی تیز شعائیں آپ کے چہرہ کی جلد کو پکادیتی ہیں۔ اس کا قدرتی تیل جل جاتا ہے جس سے جھریاں پڑ جاتی ہیں اور یہ خلیات کی زندگی کی معیاد کو تیز کر کے انہیں جلد بڑھاپے کی طرف لے جاتی ہیں۔ سورج کی تیز شعاؤں سے بچنے کے علاوہ غیر ضروری جھریوں سے بچنے

کے لئے آپ صابن کا بار بار استعمال نہ کریں۔ نیز نت نئے چہرہ کے لوشن استعمال نہ کریں اور چہرہ کے غمگین اور پریشان کن تاثرات سے نجات حاصل کرلیں۔

چالیس سال کی عمر کے بعد نمک کا استعمال کم کرنے سے بھی اس باب میں مدد ملتی ہے۔ دراصل ادھیڑ عمر کے بعد نمک کا جسم سے اخراج اچھی طرح نہیں ہو پاتا۔ خون میں اس کی بڑھی ہوئی مقدار جلد میں کھنچاؤ پیدا کرتی ہے جس کے نتیجے میں جھریاں پڑنا شروع ہو جاتی ہے۔ چہرہ پر لگانے والی کریم اور لوشن دھول سے تو بچاتے ہیں اور جلد کو خشک ہونے سے روکتے ہیں لیکن وہ اس کے غذائی اجزاء فراہم نہیں کرتے۔ اس کی مناسب غذا صرف کھانے کی خوراک ہی سے ممکن ہے۔ بعض اوقات جوانی میں تیل پیدا کرنے والے یہ غدود معمول سے زیادہ اخراج کرنے لگتے ہیں۔ جس کی وجہ سے ان مہاسوں میں جراثیم سرائیت کر جاتے ہیں اور چہرہ دانوں اور مہاسوں سے بھر جاتا ہے۔

نوجوان لڑکے اور لڑکیوں میں یہ دور نہایت شرمندگی اور پریشانی کا ہوتا ہے۔ اس سے ان میں خود اعتمادی کا فقدان پیدا ہو جاتا ہے اور معاشرتی مسائل جنم لیتے ہیں۔ ایسے افراد کو چاہئے کہ وہ ڈاکٹر سے رجوع کریں۔ آج کل کیل مہاسوں کا موثر علاج دریافت ہو گیا ہے۔ اپنے طور اشتہاری دوائیں استعمال نہ کریں نیز چہرہ کو صابن سے روزانہ چار پانچ بار دھوئیں' سورج کی شعاؤں کی زیادتی سے بچیں' پھل اور سبزیوں کا وافر استعمال رکھیں اور آئسکریم' چاکلیٹ اور مٹھائیوں سے دور بھاگیں۔ جلد کی مناسب صفائی رکھی جائے اور عمومی صحت کا خیال رکھا جائے تو عام طور پر جلد بیماریوں سے جلد متاثر نہیں ہوتی جو بیماریاں جلد پر اثر انداز ہوتی ہیں ان میں جلد کا سرطان' خارش' ایگزیما' داد' چھنبل وغیرہ ہیں۔ جذباتی ناپختگی بھی جلد پر ایگزیما اور الرجی کے لئے راہ ہموار کرتی ہے۔

بعض خواتین میں کپڑے اور برتن دھونے کے صابن اور پاؤڈر سے بھی الرجی اور ایگزیما جیسی کیفیت ہو جاتی ہے۔ اگر آپ اپنی بیرونی سطح کو بہترین حالت میں رکھنا چاہتے ہیں تو ذیل میں دی ہوئی آسان ہدایتوں پر عمل کریں۔ حیاتین اور خاص طور پر حیاتین الف (اے) کا زیادہ استعمال رکھیں۔ چہرہ اور جسم کی صفائی ستھرائی کا خیال رکھیں سورج سے مناسب حد تک استفادہ کریں۔ متوازن غذا کے استعمال اور ورزش وغیرہ سے اپنی عمومی صحت کا خیال رکھیں۔

(امبرین جمال.....کراچی)

J921125

ڈپریشن

دور حاضر کا جدید تحفہ

موجودہ دور میں معاشی و معاشرتی ترقی نے جہاں بہت سے وسائل پیدا کئے ہیں وہاں بہت سے مسائل بھی پیدا ہوئے ہیں اور ذہنی دباؤ جسے عام زبان میں ''ڈپریشن'' کہا جاتا ہے انہی مسائل کا تحفہ ہے۔ اگر ہم اپنے اطراف میں نظر ڈالیں تو اردگرد ہمیں وہ لوگ زیادہ نظر آئیں گے جو آج کل ذہنی بیماریوں کا شکار ہیں۔ یہ حقیقت ہے کہ ڈپریشن یا غم کی کیفیت ہر انسان کی طبیعت کا حصہ ہے ہر شخص کا نامساعد حالات سے واسطہ پڑتا رہتا ہے۔ ناکامیاں' دکھ' پریشانیاں مصائب غیر معمولی حالات و واقعات فرد کو ذہنی طور پر متاثر کرتے ہیں۔ لیکن اگر اجتماعی طور پر دیکھا جائے تو اسکی اصل وجہ وہ طرز زندگی ہے جو ہمارے معاشرے کا حصہ بنتی جا رہی ہے۔ مادّہ پرستی ہمارے رگ و پے میں سرائیت کر چکی ہے۔ معیار زندگی بڑھانے کے لئے دولت کے حصول کی دوڑ نے معاشرے کو اخلاقی و ذہنی طور پر بیمار بنا دیا ہے۔ ایک دوسرے پر سبقت لے جانے کی کوشش نے افراد کا ذہنی سکون و اطمینان قلب چھین لیا ہے۔ ڈپریس افراد وہ ہیں جنہیں مادّی آسودگی تو حاصل ہے مگر وہ روحانی آسودگی سے محروم ہیں دن رات کی خوشیوں کو کاروباری مصروفیت کی نذر کر کے لوگ دولت تو حاصل کر لیتے ہیں اور سوسائٹی میں اپنا مقام بھی پا لیتے ہیں مگر یہ دولت انہیں روحانی آرام فراہم نہیں کرتی۔ سکون کا دوسرا نام سادگی ہے، مگر نام و نمود ہماری زندگی کا حصہ بن چکی ہے۔ نام و نمود کے لئے بے جا اسراف بے شمار برائیوں کو جنم دیتا ہے اس طرح بددیانتی اور غبن وغیرہ ہمارے معاشرے میں اس لئے عام ہے کہ ہم سادگی کے اسلامی اصول کو بھولتے جا رہے ہیں۔ شادی و غمی کے موقع پر بے دریغ روپے خرچ کئے جاتے ہیں۔ اس سلسلے میں ایک دوسرے سے آگے بڑھ جانے کی کوشش کی جاتی ہے۔ اپنی آمدنی کا بیشتر حصہ نام و نمود اور فرسودہ روایات رسومات پر ضائع کیا جاتا ہے جو لوگ متمول و دولت مند ہیں وہ ان تمام چیزوں کو پورا کر سکتے ہیں مگر یہ زہر اس طبقے میں بھی پھیل رہا ہے جو ان فضولیات کا متحمل نہیں ہو سکتا اپنی بساط سے بڑھ کر ان تقریبات پر اخراجات کئے جاتے ہیں خواہ اسکے لئے قرض ہی کیوں نہ لینا پڑے۔ بعد میں یہ قرض ذہنی پریشانیوں کا سبب بنتا ہے۔ پُرسکون زندگی بسر کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ سادگی و قناعت کے اصول کو اپنایا جائے بحیثیت مسلمان ہمارا فرض ہے کہ اسلامی اصولوں پر عمل کریں۔

(دردانہ رضی.....کراچی)

اختلاجِ قلب
ایک عام بیماری جو خاص توجہ چاہتی ہے

امراض قلب میں ایک عام مرض اختلاج قلب ہے اس مرض میں دل کی حرکت نہایت تیز ہوجاتی ہے دل کی حرکت دھڑکن اس قدر تیز ہوتی ہے کہ مریض خود اس کو محسوس کرنے لگتا ہے۔ (حالت صحت میں کسی کو خود کے دل دھڑکنے کا احساس نہیں ہوتا) شدید بے چینی ہوتی ہے اور دم پھولنے لگتا ہے اختلاج قلب کی کیفیت میں بعض وقت مریض کا جسم بھی کانپنے لگتا ہے مریض دل کے مقام پر بندش سی محسوس کرتا ہے، سر بھاری ہوجاتا ہے، چکر آتے ہیں، سانس پھول جاتا ہے چہرہ زرد اور چہرہ سے کمزوری بے چینی اضطرابی کیفیت نمایاں ہوتی ہے۔ خواتین کیونکہ امراض نفسانی سے جلد متاثر ہوتی ہیں اور ذہنی طور پر جذباتی ہوتی ہیں اس لئے وہ اس مرض سے زیادہ متاثر ہوتی ہیں۔

دورہ کی حالت

بعض لوگوں کے دل کی حرکت دورے کے ساتھ تیز ہوجاتی ہے۔ ایسے دورے اچانک شروع ہوتے ہیں اور ایک دم ہی بند ہوجاتے ہیں۔ دورے کی حالت میں بعض کی رفتار 200 سے 300 مرتبہ فی منٹ تک ہوجاتی ہے۔ جس کے ساتھ سانس پھولنے لگتا ہے اور قلب میں درد کا احساس ہوا کرتا ہے اگر یہ دورے مدت تک قائم رہیں تو نتیجہ حرکت قلب بند ہوجانا ہوا کرتا ہے۔

اسباب مرض

یہ مرض عام طور پر قلبی عضلات کے نقص یا صمامات قلب کے فعل کی خرابی سے پیدا ہوتا ہے اس کے علاوہ ذہنی ہیجان یا شدید متعدی امراض کی سمیت بھی اس کا سبب ہوتی ہے۔ اگر کسی وجہ سے قلب کمزور ہوگیا تب بھی اختلاج ہوجایا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ کبھی غم وغصہ یا جوش کی حالت میں بھی یہ کیفیت پیدا ہوجاتی ہے اور ڈر خوف اندیشے وغیرہ۔ تمام کمزور کرنے والے امراض، ذہنی پریشانیاں، بے خوابی وغیرہ بھی اس کے اسباب ہوا کرتے ہیں۔

بعض ماہرین کا خیال ہے کہ عورتوں میں دیر تک بچے کو دودھ پلانے کی عادت بھی اختلاج قلب کا باعث ہوتی ہے۔ دماغی محنت کا کام کرنے والے افراد بھی اس میں مبتلا ہوجاتے ہیں۔ نوجوان اشخاص میں اختلاج کا سبب عام طور پر ہسٹریا، ہیجان، جنسی بے راہ روی ہوتا ہے۔ نظام ہاضمہ کے نقص کی وجہ سے بھی اختلاج قلب کی شکایت ہوتی ہے۔ یہ اختلاج معدہ اور آنتوں میں ریاح کے اجتماع سے پیدا ہوتا ہے۔ اختلاج قلب کی ایک اور وجہ زیادہ مقدار میں چائے نوشی، تمباکو نوشی وغیرہ بھی ہوسکتی ہے۔ یہ حالت ایسے لوگوں کی ہوتی ہے جو ان اشیاء کو کثیر مقدار میں استعمال کرنے کے عادی ہوتے ہیں۔

تمام اقسام کے بخاروں میں بھی اختلاجی کیفیت پائی جاتی ہے۔ اس کی وجہ بخاروں کی سمیت ہے جو نظام اعصاب پر اثر انداز ہوتی ہے اور قلبی عضلات کو کمزور کردیتی ہے۔

علاج مرض

حقیقی شفاء پانے کے لئے امراض کے علاج میں مرض کی بنیاد یا سبب کو توجہ کا مرکز بنانا چاہئے کسی بھی عضویاتی خرابی کا یہ حقیقی علاج نہیں ہے کہ اس کو تبدیل کردیا جائے (گرچہ بعض وقت جان بچانے کے لئے یہ عمل ناگزیر ہوجاتا ہے) دیکھنا یہ ہے کہ عضو کے فعل میں یہ خرابی کیوں پیدا ہوئی۔

علاج کے لئے ضروری ہے کہ اصل سبب کو معلوم کرکے اس کے ازالہ کی کوشش کریں اگر مرض کا سبب فکر وغم تو مریض کو حتیٰ الامکان فکر وغم سے دور رکھیں اس کا ماحول خوشگوار بنانے کی کوشش کریں اور مریض کو یہ ذہن نشین کرائیں کہ اسے کوئی مرض نہیں ہے صرف پریشانی کی وجہ سے اختلاج ہورہا ہے۔ اگر اختلاج کی وجہ کمزوری ہوتو مناسب مقویات استعمال کرائیں اگر دماغی یا جسمانی محنت اس کا سبب ہوتو مریض کو مکمل آرام وسکون سے رکھیں۔

خواتین میں جب اس کا سبب معلوم ہوجائے تو اس کا مناسب علاج کرنا چاہئے اگر ہاضمہ کی خرابی قبض یا ناقص غذا اس کا سبب ہوتو اس کا مناسب تدارک کرنا چاہئے اور خوراک میں احتیاط برتی جائے۔ مناسب ادویات ہاضمہ کی درستگی کیلئے استعمال کرائی جائیں اگر مریض زیادہ چائے نوشی تمباکو نوشی یا دیگر منشیات کا عادی ہوتو اس سے باز رکھنے کی کوشش کریں۔ ہر قسم کی منشیات کی عادت چھڑانے کے لئے بھی زوداثر ادویات موجود ہیں اگر اختلاج کا باعث کوئی قلبی مرض ہوتو مریض کو مکمل آرام وسکون سے رکھنا چاہئے اور مناسب علاج سے مرض کے ازالہ کے لئے کوشش کرنا چاہئے۔

اختلاج قلب کے مریض کو اگر اختلاج کے ساتھ اضطرابی کیفیت بھی شدید ہوتو انہیں مکمل آرام کی ضرورت ہوا کرتی ہے۔ ایسے مریضوں کے لئے علاج آبی بھی مفید ہے۔ مثلاً گرم پانی کا روزانہ غسل، ریڑھ کی ہڈی پر ٹھنڈے پانی کے چھینٹے، غسل کے بعد جسم کی مالش وغیرہ۔ مریض کی غذا زود ہضم اور ہلکی ہونا چاہئے گوشت کھانا ہوتو قیمہ بنا کر تھوڑی مقدار میں کھانا چاہئے۔ سبزی ترکاریاں مفید ہیں اور کھانے کے بعد پانی کم پینا چاہئے۔ اس کے علاوہ مریض کا کھلی ہوا میں رہنا سیر وتفریح وغیرہ مفید ہے لیکن جن مریضوں کے قلبی عضلات میں کمزوری ہوتو انہیں سیر کرانا مضر ہے۔ امراض قلب میں خاص طور پر احتیاط کی ضرورت ہے مریضوں پر لازم ہے کہ اپنے علاج پر خاص توجہ دیں۔

(صداقت حسین......لاڑکانہ)

J930226

مسائل اور روحانی حل

ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

علم کی روشنی (عامر ملک......کراچی)

مسئلہ: میں نے فرسٹ ایئر کا امتحان دوبارہ دیا ہے۔اتنی پرسنٹیج آجائے کہ انجینئرنگ میں داخلہ مل جائے۔مسئلہ یہ ہے کہ میں نے اپنے شوقِ تعلیم کی خاطر پڑھائی دوبارہ شروع کی ہے۔امتحان میں فرسٹ ڈویژن سے پاس ہونے کے لئے کوئی وظیفہ بتائیں۔انگلش یاد نہیں ہوتی۔یاد ہوتی بھی ہے تو بہت جلد بھول جاتا ہوں۔میں جو کچھ پڑھتا ہوں بھول جاتا ہوں۔ایسا وظیفہ بتائیں جس سے میرا حافظہ تیز ہوجائے اور میں امتحان میں اچھے نمبروں سے پاس ہوجاؤں۔

حل: فجر کی نماز کے بعد تین بار اوّل وآخر درود شریف کے ساتھ ننانوے (۹۹) بار "اللہُ الواحدُ البصیرُ" پڑھ کر آنکھیں بند کرکے یہ تصور کریں کہ علم کی روشنی آسمان سے آرہی ہے اور دماغ میں جذب ہورہی ہے۔یہ عمل امتحان کا نتیجہ آنے تک جاری رکھیں۔

باریک دانے (شازیہ......کراچی)

مسئلہ: میرے چہرے پر خشخاش کی طرح باریک دانے ہیں۔میں بالکل ٹھیک ٹھاک رہتی ہوں۔کوئی ایسی بیماری نہیں۔پھر ان دانوں کے ٹھیک نہ ہونے کی کوئی وجہ سمجھ میں نہیں آتی۔جبکہ میں نے میڈیکل ہومیو پیتھک اور طبِ یونانی سارے علاج کروالئے مگر کوئی فرق نہیں پڑا۔پلیز آپ بتائیں کہ میں کیا کروں۔

حل: علاج کے ساتھ پرہیز بھی کریں آپ کا نظامِ ہضم درست نہیں ہے۔کھانا وقت کی پابندی کے ساتھ کھائیں۔صندل کا خالص تیل دانوں پر شہادت کی انگلی سے ملیں۔جو علاج تجویز کیا جارہا ہے وہ تجربہ میں کامیاب ہوا ہے بہت ساری بہنیں اس علاج سے فائدہ اٹھا چکی ہیں اور ان کے چہرے دانوں اور جھائیوں سے پاک ہوگئے ہیں۔

ناک بند رہتی ہے (لیلیٰ قادر......اسلام آباد)

مسئلہ: میری ناک ایک طرف سے بند رہتی ہے۔جس کروٹ سوتی ہوں اس طرف کا نتھنا بند ہوجاتا ہے۔اور دوسرا کھُل جاتا ہے۔اسی طرح کبھی دائیں اور کبھی بائیں طرف کی ناک کھلتی اور بند ہوجاتی ہے۔ناک بند ہونے سے رات کو سوتے میں تکلیف ہوتی ہے۔

حل: رات کو سونے سے پہلے اور صبح بیدار ہونے کے بعد ہلکے گرم پانی میں نمک ملائیں اور اس پانی کو چلو کے ذریعے دونوں نتھنوں میں چڑھائیں۔پانی اتنا اندر کھینچیں کہ وہ ناک کی جڑ تک پہنچ جائے۔پھر پانی کو ناک کے راستے باہر نکال دیں۔کئی دفعہ یہ عمل کریں ایک ماہ میں انشاءاللہ بند نتھنے کھل جائیں گے۔

رشتے نہیں آتے (رضیہ ماہی......کراچی)

مسئلہ: میری بیٹی کی عمر 25 برس ہوگئی ہے۔ابھی تک اس کا رشتہ نہیں ہوا ہے۔اس نے اس سال بی۔اے بھی کرلیا ہے۔اس میں کسی چیز کی کمی بھی نہیں ہے۔دیکھنے میں ٹھیک ٹھاک ہے۔اور پانچوں وقت کی نماز پابندی سے پڑھتی ہے۔

حل: آپ کا یہ کہنا کہ رشتے نہیں آتے صحیح نہیں ہے۔رشتے آئے تھے مگر رشتے آپ کو پسند نہیں آئے۔آپ دعا کریں۔میں بھی دعا کروں گا۔اللہ تعالیٰ آپ کو اپنے معیار اور اسٹیٹس کے رجحان کی جگہ زندگی کو حقیقی معنوں میں سمجھنے اور گزارنے کی توفیق عطا فرمائے۔

یا حفیظُ (عارف خان......حیدرآباد)

مسئلہ: میری یادداشت بہت کمزور ہے۔ادھر بات کی اور بھول گیا۔لوگ مجھے بالکل اہمیت نہیں دیتے حالانکہ میں خوش اخلاقی سے ملتا ہوں۔میں پرکشش نہیں ہوں۔طبیعت میں تلخی

سی پیدا ہوگئی ہے جس کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ محفل میں کسی کے ساتھ بات نہیں کرسکتا۔ اپنے آپ کو اجنبی محسوس کرتا ہوں۔ میں چاہتا ہوں کہ میری شخصیت بھی پرکشش ہوجائے اور یادداشت بھی اچھی ہوجائے۔ زندگی ایک بوجھ بنتی جارہی ہے۔ اپنے آپ کو اکیلا سا محسوس کرتا ہوں۔ جب لوگ مجھے اہمیت نہیں دیتے تو عجیب سی کیفیت پیدا ہوجاتی ہے۔ سمجھ میں نہیں آتا کیا کروں۔

حل: صبح ناشتہ سے آدھا گھنٹہ پہلے چار مغز استعمال کریں۔ چلتے پھرتے (یا حفیظُ) کا ورد کرتے رہیں۔ ہر حال میں نیند پوری ہونی چاہئے۔

ٹھگ (نائمہ خالق......کراچی)

مسئلہ: میں دسویں جماعت کی طالبہ ہوں اور میری عمر بائیس سال ہے۔ میری عمر کی لڑکیاں بی اے پاس کرچکی ہیں۔ اس ناکامی میں میری امی کا ہاتھ ہے کیونکہ میری امی ہر تین چار سال بعد میرا اسکول بدل دیتی تھیں۔ شہر کا کوئی اسکول ایسا نہیں ہوگا جس میں میں نے تعلیم حاصل نہ کی ہو اب جب کہ گھاٹ گھاٹ کا پانی پی کر پڑھائی سے میرا دل اچاٹ ہوگیا تو امی چاہتی ہیں کہ میں اعلیٰ تعلیم حاصل کروں۔ پڑھتے وقت دل میں طرح طرح کے خیالات آنے لگتے ہیں۔ اگر کوئی بلند آواز میں باتیں کرے تو میں ڈر جاتی ہوں اور دل کی رفتار تیز ہوجاتی ہے۔ جب کسی طرح تعلیم کی طرف دھیان قائم نہ ہوا تو کسی نے ایک عامل عورت کا پتہ بتایا۔ دوسرے دن میں اپنی والدہ کے ساتھ وہاں پہنچی۔ اس نے میری اور میری والدہ کی قمیص منگوائی اور اگلے دن وہاں بلایا۔ یہ چیزیں لے کر ہم اس کے پاس پہنچے تو اس نے میرے اور میری والدہ کے کپڑے جانماز پر رکھ دیئے۔ اور ان پر گلاب کے پھول رکھے اور ہمیں کہا کہ آپ دونوں ان پر ہاتھ رکھیں۔ پھر اس نے کچھ پڑھا اور کہا کہ اب ہاتھ اٹھالو۔ پھر اس نے ہمارے سامنے کپڑے جھاڑے تو ان کے اندر سے دو پتلے نکلے۔ جن میں سے ایک میرا اور ایک میری والدہ کا تھا۔ اس نے کہا کہ آپ دونوں ماں بیٹی پر کسی نے جادو کیا ہوا ہے۔ اور بچی کے باپ پر بھی زبردست اثر ہے۔

حل: وہ عورت جس کا آپ نے اپنے خط میں تذکرہ کیا ہے بہت چالاک اور ماہر ٹھگ ہے۔ ہمارے ملک میں ماہرین کی فیکٹری لگی ہوئی ہے تھوک کے حساب سے ماہرین تیار ہوتے ہیں۔ ماہرین عملیات ماہرین نفسیات و روحانیات، جن اتارنے کے ماہر ہمزاد تابع کرنے کے ماہر۔ اس طرح یہاں عیار اور ٹھگ ماہرین کی بھی کمی نہیں ہے۔ ایسے ایسے فنکار پڑے ہیں کہ بازار چلتے آدمی کو فروخت کردیں اور فروخت ہونے والے آدمی کو پتہ بھی نہ چلے کہ میرے دام لگ گئے ہیں۔ آج کل ماہرین جادو اور عامل حضرات کا کاروبار خوب چمک رہا ہے جو پتلے آپ نے دیکھے ہیں وہ نظر بندی کا کرشمہ ہیں۔ کوئی جادو اور سفلی کا چکر نہیں ہے۔ عقل و ہوش سے کام لیں اور ان ٹھگوں کے چکر میں نہ پڑیں۔ اپنی تعلیم کے لئے محنت کریں۔ تھوڑے دنوں میں خود ہی دل لگنے لگے گا۔ ہر نماز کے بعد سو بار استغفار پڑھیں۔

گردن کا مسئلہ (زرقہ سلیم......لاہور)

مسئلہ: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں گردن جھکا کر چلتی ہوں۔ لاکھ کوشش کرتی ہوں کہ سیدھی چلوں لیکن گردن سیدھی نہیں ہوتی۔ معمولی سا کُب بھی نکل آیا ہے۔ اب تکلیف دہ صورت یہ ہے کہ اگر کوئی شخص میرے برابر میں بیٹھ کر مجھ سے باتیں کرے تو میری نظر اس کے چہرے کی جانب نہیں پہنچتی۔ کیونکہ گردن آگے کو نکلنے کی بناء پر کندھے بھی آگے کو جھک گئے ہیں۔ مجھے یا تو ترچھا ہو کر بیٹھنا ہوتا ہے یا پھر اپنی کرسی پیچھے کھسکانی پڑتی ہے۔ تب کہیں جا کر اس شخص کی جانب نظر جاتی ہے۔ اسی طرح اگر کوئی شخص کھڑا ہو کر مجھ سے باتیں کرے اور میں بیٹھی رہوں تو بھی اس شخص کی جانب نظر ڈالنے کے لئے پوری گردن اٹھانی پڑتی ہے۔ تب کہیں چہرہ نظر آتا ہے اور کندے مستقل آگے کو جھکے رہنے سے نہ صرف کُب نکل آیا ہے بلکہ گردن بھی بہت چھوٹی نظر آتی ہے۔

حل: چھ انچ x نو انچ ("6"x9) سفید کاغذ یا سفید چمکدار پلاسٹک شیٹ پر اللہ تعالیٰ کے نام ''الباسطُ المتین'' موٹے قلم سے نہایت خوشخط لکھوا کر دیوار میں لگالیں اور پانچ فٹ کے فاصلے سے اسٹول پر بیٹھ کر روزانہ رات کو اور دن میں دس دس منٹ اس آیت پر نظر جمائیں۔ آیت بینی کے وقت کوشش کریں کہ گردن سیدھی رہے۔ شروع شروع میں دقت پیش آئے گی۔ اپنے اوپر جبر نہ کریں جس قدر گردن سیدھی ہوسکے کرلیں۔ بعد میں خود ہی ٹھیک ہوجائے گی۔

سونف (رمضان صدیقی......ملتان)

مسئلہ: میں بہت سی بیماریوں اور تکالیف کا شکار ہوں۔ ہر وقت نزلہ کی شکایت رہتی ہے حافظہ بے حد کمزور ہوگیا ہے۔ معمولی باتیں بھی بھول جاتا ہوں۔ نظامِ ہاضمہ درست نہیں ہے۔ گیس کی شکایت مستقلاً رہتی ہے۔ کمزوری بہت زیادہ محسوس ہوتی ہے اور چند قدم تیز چلنے سے سانس پھول جاتا ہے ان جسمانی عارضوں کے ساتھ ساتھ ذہنی انتشار رہتا ہے۔ اور ذہن کسی وقت پُرسکون نہیں رہتا۔ کوئی ایسا طریقہ تجویز فرمادیں جس سے میں ایک صحت مند زندگی گزارنے کے قابل ہوجاؤں۔

حل: سونف صاف کرکے دو حصے کرلیجئے ایک حصہ بھنوا لیجئے۔ اور ایک حصہ کچا رکھئے۔ دونوں کو ملا کر محفوظ کرلیجئے۔ کھانے کے بعد یہ کچی پکی سونف ایک چمچہ کے برابر کھالیا کریں۔ ٹھنڈا پانی پینے سے گریز کریں اور ثقیل اشیاء نہ کھائیں۔ صبح شام ایک گلاس پانی پر گیارہ مرتبہ ''اللہ المالکُ الملک'' دم کرکے پی لیا کریں۔

سبز روشنیاں (انور علی......حیدرآباد)

مسئلہ: کچھ عرصہ پہلے تک اپنے ہاتھوں زندگی کو ضائع کیا۔ دل و دماغ شیطانی خیالات کے گھیرے رہتے ہیں اور صراط مستقیم سے بہت دور غیر اخلاقی اور شیطانی کاموں میں گھرا ہوا ہوں۔ ہر وقت ذہنی پریشانیوں اور شیطانی خیالات سے دوچار رہتا ہوں۔ جس کی وجہ سے

احساس کمتری اور خود اعتمادی کا فقدان ہے۔آپ مسائل کا حل دے کر بھٹکے ہوئے اور دوسرے بے راہ نوجوانوں کو برائی سے بچا کر دین حق اور خدمت خلق کی طرف مائل ہونے میں مدد فرمائیں۔

حل: رات کو سوتے وقت ایک سو بار کلمہ شہادت پڑھ کر آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ میرے چاروں طرف سبز روشنیاں ہیں۔ یہ عمل روزانہ پندرہ منٹ تین ماہ تک کریں۔ چلتے پھرتے ''یا قائمُ یا کریم'' پڑھیں۔

اپنے آپ سے باتیں کرتا ہوں (جاوید اکرم......کراچی)

مسئلہ: اپنے آپ سے باتیں کرنے کی بیماری میں مبتلا ہوتا جا رہا ہوں۔خیالات کی فلم اتنی گہری ہوجاتی ہے کہ میں اس کا حصہ بن جاتا ہوں اور جو کچھ دیکھتا ہوں یا جو باتیں خیالات میں کرتا ہوں وہ زبان پر جاری ہوجاتی ہیں۔کبھی یہ دیکھتا ہوں کہ بہت بڑا کھلاڑی بن گیا ہوں کبھی دیکھتا ہوں کہ بہت بڑا گلوکار بن گیا ہوں۔بس میں سفر کرتے ہوئے اپنے آپ سے باتیں کرتا رہتا ہوں۔

حل: صبح سویرے اور سونے سے پہلے ایک مرتبہ (یا اللہ تو رحیم ہے رحم فرما' یا اللہ تو کریم ہے کرم فرما) پڑھ کر ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔اس عمل کو چالیس دن کرنا ہے اس عمل کے ساتھ ساتھ صبح سورج سے نکلنے سے پہلے کچی زمین یا گھاس پر کھڑے ہوکر آہستہ آہستہ سانس اندر لیں اور روکے بغیر آہستگی سے باہر نکال دیں۔اس مشق کو گیارہ مرتبہ کریں۔

بدروح (خان بہادر......کوئٹہ)

مسئلہ: مجھے بچپن سے ایک بدروح پریشان کرتی آرہی ہے۔ میں نے اس بدروح سے نجات حاصل کرنے کے لئے بہت سے عاملوں سے مل کر تعویذ وغیرہ لئے دم کروائے' دعا کروائی لیکن حالت وہی رہی۔ مجھے بدروح عجیب طرح سے تنگ کرتی ہے۔ بیٹھے بیٹھے جسم پر دباؤ محسوس ہوتا ہے۔کوئی چیز کرنٹ کی طرح پورے جسم میں دوڑتی ہے۔اور جسم کے اندر آواز بہت تیز گونجتی ہے کہ یہ کام کرو وہ کام کرو' یہ نہ کرو وہ نہ کرو۔ میں اس بدروح سے کہتا ہوں کہ مجھے چھوڑ دو لیکن وہ میری ایک نہیں سنتی۔اس بدبخت روح کی وجہ سے میں میٹرک نہیں کرسکا۔ سارا دن شیطانی حرکتوں کی نذر ہوجاتا ہے۔ بدروح مجھے مستقبل میں آنے والے واقعات بھی بتاتی ہے لیکن صرف وہ واقعات بتاتی ہے جن میں نقصان ہوتا ہے۔

حل: ایک مومی کاغذ پر بسم اللہ الرحمٰن الرحیم لکھ کر اس کو شہد میں ڈال دیں۔ شہد کسی بوتل یا شیشے کے برتن میں رکھیں۔ دن میں دو مرتبہ اس شہد میں سے ایک چمچہ کھا لیا کریں۔ تین ہفتے تک کھانے میں نمک بالکل بند کردیں۔ اس کے بعد بھی نمک کم سے کم استعمال کریں۔ غذا میں میٹھی چیزیں زیادہ کھائیں اور تیز مصالحے دار اشیاء سے پرہیز کریں۔ صبح نہار منہ ایک گلاس پانی پر اکیس بار ''اللہُ الظاہرُ الباطن'' دم کر کے پی لیا کریں۔

اندھیرا (رحیم بابر......کراچی)

مسئلہ: میرا ہاضمہ ٹھیک نہیں ہے' جو چیز کھاتا ہوں اثر نہیں کرتی۔ جب بھی کوئی جسمانی محنت کا کام کرتا ہوں تو میرے چہرے سے ایسا لگتا ہے کہ میں بیمار ہوں۔ جسم تھک کر چور ہوجاتا ہے جسم میں درد بھی ہوتا ہے۔ ورزشیں کرتا ہوں لیکن ورزشوں سے فائدہ نہیں ہوتا۔ کم قوتِ ارادی اور کم قوتِ برداشت کی وجہ سے کوئی کام صحیح طور پر نہیں کرسکتا۔ میرا دماغ بھی کمزور ہے بیٹھ کر اٹھنے سے چکر آجاتے ہیں اور آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جاتا ہے۔

حل: آپ ہر نماز کے بعد ۳۱۳ بار اللہُ النورُ السلام پڑھیں۔

مستقبل غیر محفوظ دکھائی دیتا ہے (نبیلہ رضی......راولپنڈی)

مسئلہ: میں خود ملازمت کرتی ہوں۔ اس لئے گھر کا خرچ چل جاتا ہے۔اس کے باوجود شوہر بات بات پر غصہ کرتے ہیں اور ڈانٹتے ہیں۔ میرے اندر عیب نکالتے ہیں اور شک کرتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ تم میری خدمت نہیں کرتیں۔ حالانکہ میں سروس کرنے کے علاوہ ہر ممکن حد تک ان کا خیال رکھتی ہوں۔ وہ ذرا ذرا سی بات پر ناراض ہوجاتے ہیں اور کئی کئی دن تک بات چیت نہیں کرتے۔ ان حالات کی وجہ سے میرے ذہن میں وسوسے آتے رہتے ہیں اور مستقبل غیر محفوظ دکھائی دیتا ہے۔

حل: رات کو سونے سے پہلے تین سو مرتبہ ''اللہُ النورُ الباری'' پڑھ کر اپنے مقصد کے لئے دعا کیا کریں۔ اس وظیفے کو کم از کم نوے دن تک کرنا ہے۔ ناغے کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لئے جائیں۔ مایوس نہ ہوں۔ اللہ پر بھروسہ رکھیں۔

موت کا خوف (زبیدہ ناز......کراچی)

مسئلہ: میری والدہ دل کی مریضہ ہیں۔ ہر وقت انہیں یہ وہم ہوتا ہے کہ کہ اگر میں نے یوں کیا تو مر جاؤں گی۔ ان کے دل اور ذہن میں یہ بات بیٹھ گئی ہے کہ میں مرنے لگی ہوں۔ بس یہی سوچ کر انہیں فوراً دل کی تکلیف شروع ہوجاتی ہے۔ ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہوجاتے ہیں۔ چہرے کی رنگت پیلی پڑجاتی ہے۔ آنکھوں کی بینائی بھی ختم ہوگئی ہے۔ ڈاکٹروں نے جواب دے دیا ہے۔ ہر وقت روتی رہتی ہیں۔ میری ماں کی اس موت کے خوف کی وجہ سے جو حالت ہوتی ہے ہم سے دیکھی نہیں جاتی۔ جب وہ اپنی بہنوں کو دیکھتی ہیں کہ کس طرح ہنسی خوشی اپنے گھروں کے نظام چلا رہی ہیں تو رو پڑتی ہیں کہ اللہ تو نے ہر آسائش ہر سہولت دے رکھی ہے لیکن سکون نہیں ہے۔

حل: دو عدد چینی کی پلیٹوں کے اوپر ''اللہُ الرقیبُ الوکیل'' لکھ کر صبح و شام پانی دو دو اونس سے دھو کر پلائیں۔ آپ کی والدہ صاحبہ کو یقیناً بلڈ پریشر ہے۔ نمک کا پرہیز کرائیں۔

جسمانی علاج (انجم علی......ڈیرہ غازی خان)

مسئلہ: ہماری والدہ صاحبہ ڈیڑھ سال سے مستقل بیمار ہیں تین مرتبہ بیہوش ہوچکی ہیں۔ دو مرتبہ سینے میں درد ہوچکا ہے' اکثر پیٹ خراب رہتا ہے۔ جب تک دوا استعمال کرتی ہیں

پیٹ ٹھیک رہتا ہے دوا چھوڑنے سے پیٹ پھر خراب ہوجاتا ہے۔ دونوں پیروں میں جلن رہتی ہے۔ ہاتھ پیروں میں اینٹھن رہتی ہے۔ ذرا بھی بات کریں یا چلیں پھریں تو دل ڈوبنے لگتا ہے۔ زبان خشک ہوجاتی ہے نیند بہت کم آتی ہے۔ کہتی ہیں ایسا معلوم ہوتا ہے کسی نے دل نچوڑلیا ہے یا کوئی مٹھی میں لے کر دبارہا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ کمزوری اور ڈپریشن کی وجہ سے معمولی سی دل کی تکلیف ہے۔

حل: آپ کی والدہ صاحبہ قبض کی پرانی مریضہ ہیں۔ جب پیٹ صاف نہیں ہوتا تو پیٹ میں تعفن بڑھ جاتا ہے۔ سڑی ہوئی گیس دل کے چاروں طرف گھومتی ہے تو دل پر بوجھ پڑتا ہے۔ رات کو سوتے وقت ایک بڑا چمچہ روغن زیتون پئیں۔ چکنائیوں اور فرج میں رکھی ہوئی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔

لڑکی کا خیال (ریاض انور......سکھر)

مسئلہ: آپ لوگوں کے مسائل کا حل بتاتے ہیں اور فیس بھی نہیں لیتے۔ میں آٹھویں جماعت کا اسٹوڈنٹ تھا جب میرے دل میں شادی کا خیال آیا۔ اس کے بعد سے میرا ذہن تعلیم کی طرف سے ہٹ گیا۔ اب ہر وقت دھیان اسی طرف رہتا ہے۔ میں تعلیم کی طرف توجہ دینے کی کوشش کرتا ہوں لیکن جب کتابیں لے کر بیٹھتا ہوں آنکھوں کے سامنے اس لڑکی کی تصویر آجاتی ہے۔ آپ سے التجا ہے کہ مجھے ایسا عمل بتادیں کہ میرا ذہن تعلیم کی طرف مائل ہوجائے اور میرا دل بھی صاف ہوجائے تاکہ میں اپنا مستقبل سنوار سکوں۔

حل: فجر کی نماز کے بعد کھلی ہوا میں کھڑے ہوکر ''یالطیفُ یاخبیرُ'' پڑھیں۔ قدِ آدم آئینہ کے سامنے کھڑے ہوکر بار بار آنکھیں جھپکائیں۔ یہ عمل دن کے وقت پانچ منٹ تک بلاناغہ اکیس روز تک کریں۔ لڑکی کا خیال دل سے نکل جائے گا۔

خلوص (یاسر جبار......کراچی)

مسئلہ: گھر کے سارے افراد اعلیٰ تعلیم یافتہ ہونے کے باوجود شعور سے دور رہیں۔ گھر میں ہر وقت لڑائی دنگا فساد رہتا ہے۔ گھر کا سربراہ بہت غلیظ قسم کی گالیوں سے اہل خانہ کو نوازتا رہتا ہے۔ بچے ماں باپ کا ادب و احترام نہیں کرتے۔ ماں باپ اولاد سے لاپرواہی برتتے ہیں۔ وقت انتہائی تنگدستی اور غربت سے گزر رہا ہے۔ چھوٹے، بڑوں کا ادب نہیں کرتے اور بڑے، چھوٹوں سے شفقت اور محبت کا برتاؤ نہیں کرتے۔ دعا کریں کہ گھر میں لڑائی جھگڑا نہ ہو۔ سب ایک دوسرے سے محبت کریں۔ تنگدستی ختم ہوکر آمدنی میں برکت پیدا ہوجائے۔

حل: گھر کے سب افراد محنت کریں۔ آمدنی میں اضافہ ہوجانے سے بھی گھر کے حالات صحیح ہوجاتے ہیں۔ تین مرتبہ سورہ اخلاص پڑھ کر معاشی حالات اچھے ہونے کی دعا کریں لوگوں کے ساتھ خلوص سے پیش آئیں۔

اکلوتی بہو (عنبر فاطمہ......کراچی)

مسئلہ = ہم نے اپنے اکلوتے بھائی کی شادی ۷ سال پہلے غیروں میں کی تھی۔ ہم تین بہنیں ہیں۔ شادی کے بعد بھابی کے ہر قسم کے نخرے اٹھائے گھر کے تمام افراد نے ان کو بے تحاشا پیار دیا ہے کہ یہ ہماری اکلوتی بہو ہیں۔ آہستہ آہستہ بھابی بدلنا شروع ہوگئیں بھائی جان کو فرمائشوں سے اس قدر پریشان کیا ہوا ہے کہ خدا کی پناہ۔ خود ایک اسکول میں نوکری کرلی ہے دو چھوٹے بچے ہیں جنھیں امی کو سنبھالنا پڑتا ہے۔ اسکول سے واپسی کے بعد ان کا معمول لیٹنا ہے' گھر کا تمام کام والدہ صاحبہ سرانجام دیتی ہیں۔ بھائی جان نے تو شروع میں تو ان کو سنبھالنے کی کوشش کی مگر اب خاموش ہوگئے ہیں۔ گھر کی اس حالت کی وجہ سے کاروبار میں نقصان ہوچکا ہے۔

جواب = میاں بیوی راضی تو کیا کرے گا قاضی' جب بھائی اور بھابی خوش ہیں آپ خوامخواہ پریشان نہ ہوں ہرگز ان کے معاملات میں دخل نہ دیں۔ آپ خود خوش رہا کریں' میں خوش تو جہاں خوش کے مصداق اچھی زندگی گزاریں۔ ماہنامہ ''روحانی ڈائجسٹ'' کا ہر ماہ ضرور مطالعہ کریں۔

خواب کا عذاب (سدرہ کاظمی......حیدرآباد)

مسئلہ = محترم فہد آرتانی صاحب! جہاں آپ اتنے سارے لوگوں کے مسائل کا جواب دیتے ہیں ان میں میرے مسئلے کو شامل کرکے ''روحانی مسائل'' میں شامل کردیں تاکہ اس سے ہزاروں لوگ عبرت حاصل کریں۔

میری والدہ نے وصیت کی تھی کہ جائیداد میں سے مجھے ۵۲ تولے سونا اور ایک مکان دیا جائے دکان اور ایک مکان میرے بھائی کا تھا وہ مجھے میرے بھائی نے نہیں دیا اب بھائی صاحب وفات پاگئے ہیں میں اکثر خواب میں دیکھتی ہوں کہ وہ تکلیف میں ہیں اور میری خالہ مرحومہ کہتی ہیں کہ ان کو معاف کردو لیکن جو دکھ انھوں نے مجھے زندگی میں پہنچائے ہیں اور میں نے غربت میں جو ٹھوکریں کھائی ہیں وہ مجھے چین نہیں لینے دیتیں۔ اللہ کا شکر ہے کہ شوہر نے ہمیں ہمیشہ حرام کی کمائی سے بچائے رکھا ہے جس کی وجہ سے ہم ذہنی طور پر پُرسکون ہیں' اندرونی طور پر اذیت ہوتی رہتی ہے کہ ان کے بچے تو عیش کریں' اچھے گھروں میں رہیں جبکہ ہمارا حصے کا کاروبار بھی ان کے قبضے میں ہے میں ان کو کیسے معاف کردوں۔ شاید خواب سچے ہوتے ہیں مجھے میرے مرحوم رشتہ دار' بھائی کو معاف کرنے کا کہتے ہیں جس سے میں بہت پریشان ہوں۔

جواب = دنیا آنی جانی ہے۔ خود آپ نے لکھا ہے کہ آپ کی زندگی پرسکون ہے اس زمانے میں کسی گھر میں سکون ہونا قدرت کی بڑی عطا ہے آپ معاف نہیں کریں گی تو بھی جائیداد آپ کو نہیں ملے گی پھر کیوں خوامخواہ خواب کا عذاب جھیلیں۔ آپ اللہ کے نام پر معاف کر دیں۔ اللہ آپ کو' آپ کے بچوں کے ذریعہ' بڑے بھائی کے بچوں اور بھابی سے زیادہ خوشحال کردے گا انشاء اللہ۔ میری یہ تحریر محفوظ کرلیں' اللہ کے فضل و کرم سے انشاء اللہ ایسا ہی ہوگا۔

نوٹ: اپنے مسئلے کے روحانی حل کے لئے مسئلہ صاف کاغذ پر لکھ کر روانہ کریں۔ لفافے پر " آپ کے مسائل اور ان کا روحانی حل " ضرور لکھیں۔

عربی تمر ہندی سندھی گدامڑی

فارسی تمر ہندی انگریزی Tamarind

املی ایک سدا بہار درخت کا پھل ہے۔خوبصورت اور تناور درخت ہے اس پر نئے پتے مارچ، اپریل کے مہینے میں نکلتے ہیں۔یہ درخت کبھی پتوں سے خالی نہیں ہوتا اس کے پتے تین سے چھ انچ تک لمبے ہوتے ہیں۔اس کی چھال بھورے رنگ کی خوب پھٹی ہوئی ہوتی ہے۔پھل بھورا یا بالکل سیاہ ہوتا ہے۔پک جانے پر سرخی مائل ہو جاتا ہے۔اس کے پھل پر پتلا سا چھلکا ہوتا ہے اور اس کے نیچے گودا ہوتا ہے جس میں پتلی پتلی نسیں ہوتی ہیں ایک پھل کے اندر چار سے بارہ تک چپٹے بیج نکلتے ہیں۔اس کے بیجوں سے بیس فیصد تیل نکلتا ہے۔بازاری املی میں عام طور پر نمک کی ملاوٹ ہوتی ہے جبکہ دوائی میں استعمال ہونے والی املی نمک سے پاک ہونی چاہئے۔

اس کا رنگ سرخ ہوتا ہے اگر املی پرانی ہو تو اس کا رنگ سیاہ ہو جاتا ہے۔اس کے بیج سرخ ہوتے ہیں۔اس کا مزاج سرد درجہ اول اور خشک درجہ دوم ہوتا ہے۔بعض اطباء اسے معتدل بھی کہتے ہیں۔اس میں وٹامن اے، بی اور سی شامل ہوتے ہیں۔اس کی مقدار خوراک دو تولہ سے پانچ تولہ تک ہے، اس کا ذائقہ ترش ہوتا ہے۔

املی کے فوائد

☆دل و معدہ کو قوت دیتی ہے۔

☆صفرا کو دستوں کے ذریعے نکالتی ہے۔

☆وبائی امراض کے زہر کو دور کرتی ہے۔

☆بخار صفراوی کی صورت میں چار تولہ املی پانی میں بھگو کر پینا بے حد مفید ہے۔

☆املی کے پتوں سے زخم دھونے سے زخم جلدی ٹھیک ہو جاتا ہے۔

☆پیٹ کی جلن، دل کی گھبراہٹ اور گرمی کو دور کرنے کے لئے گل نیلوفر چھ ماشہ، تخم کاسنی سات ماشہ، آلو بخارا سات ماشہ اور املی دو تولہ پانی میں بھگو کر چھان کر پینا مفید ہے۔

☆بھوک کی کمی اور قوت ہاضمہ کو بڑھانے کے لئے املی کی چٹنی بنا کر استعمال کرنا بہت فائدہ مند ہے۔

☆سدہ، جگر کی خرابی اور یرقان میں املی دو تولہ، تخم کاسنی سات ماشہ، گل نیلوفر دو تولہ اور مکو بھگو کر پینا بہت مفید ہے۔

☆املی کا گودا بحری جہاز پر سفر کے دوران ساتھ رکھنا بہت مفید ہوتا ہے کیونکہ قے روکنے کے لئے انتہائی مجرب ہے۔

☆معدے کے زہریلے مواد کو خارج کرنے کے لئے گل سرخ چھ ماشہ پودینہ خشک چھ ماشہ، زرشک شیریں دو تولے، املی پانچ تولے، پہلی تین ادویہ کو ڈیڑھ کلو پانی میں جوش دیں اور املی کو شامل کر کے ٹھنڈا کریں، پھر چینی کا اضافہ کر کے دو چمچے ہر پندرہ منٹ بعد مریض کو دیں۔ایک دو روز کے اندر ہی معدہ کے افعال درست ہو جائیں گے، قے وغیرہ بند ہو جائے گی۔

☆ہیضے کی وبا میں بڑی الائچی چھ دانے، خشک پودینہ ایک تولہ، آلو بخارا دس دانے، املی پانچ تولہ ڈیڑھ کلو پانی میں ڈال کر ہلکے ہلکے تین جوش دیں ٹھنڈا ہونے پر پانی نتھار کر ایک ایک گھونٹ مریض کو پلانے سے مریض کو سکون ملتا ہے۔اس زہریلے مواد سے معدہ اور انتڑیاں صاف، پیاس دور اور بے چینی ختم ہو جاتی ہے۔

☆لو کے حملہ کی تکلیف سے بچنے کے لئے املی پانچ تولے، عناب پانچ عدد، تخم خربوزہ ایک تولہ تمام ادویہ کو ایک کلو پانی میں جوش دے کر گھونٹ گھونٹ پانی مریض کو چینی ملا کر پلائیں، فوری آرام ہو جائے گا۔

☆پیشاب کی جلن دور کرنے کے لئے املی کے پتے دو تولہ لے کر پاؤ بھر پانی میں رگڑ کر پینے سے جلن کا عارضہ دور ہو جاتا ہے۔

☆املی کے پتوں کے جوشاندہ سے زخموں کو دھونے سے گھمبیر وغیرہ کو فائدہ ہوتا ہے۔منہ پکنے کی صورت میں اس پانی کے غرارے کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔

☆بچوں کی قبض کو دور کرنے کے لئے املی کا مربہ بے حد مفید ہے اسے بچے شوق سے کھا بھی لیتے ہیں مقدار خوراک ایک سے دو تولہ تک ہے۔

☆بچھو یا بھڑ کے کاٹنے والی جگہ پر اگر املی کا بیج گھس کر لگایا جائے تو زہر دور ہو جاتا ہے۔

☆املی کے پھول کو باریک پیس کر لیپ کرنے سے آنکھ کی لالی جاتی رہتی ہے۔

☆املی کے درخت کی خشک چھال جلا کر اور ناریل کے تیل میں ملا کر جلی ہوئی جگہ پر لگانے سے فوری آرام ہوتا ہے اور مریض کو تسکین ہوتی ہے۔

☆اعلیٰ مصفیٰ خون ہے اس کا اچار مربہ اور چٹنی بنائے جاتے ہیں اور خوش ذائقہ ہوتے ہیں۔

اب کھائیں
کچھ بھی ---
ھضم کریں
قدرتی اجزاء
سے تیار کردہ
123
ROSHNI
123 CAPSULES
HOMOEO HERBAL
ROSHNI
123
HOMOEO HERBAL
CAPSULES
کیپسولز
سے
حاصل کرنے کے لئے روشنی دواخانہ پر رابطہ کریں

جسمانی توازن اور دلکشی کے لئے ایک روزہ منصوبہ

دلکش اور انفرادی حسن کی تمنا ہر عورت کے دل میں ہوتی ہے اور اس کی تکمیل کے لئے وہ ہر ممکن سعی کرتی ہے۔ حُسن قدرت کا عطیہ ہے لیکن یہ بھی حقیقت ہے کہ ''سلیقہ'' خدا کی وہ نعمت ہے جو ہر عورت کو میسر نہیں، یہی وجہ ہے کہ بہت سی خواتین دولت وحسن کے باوجود خوبصورت اور دلکش نظر نہیں آتیں بلکہ ان کے مقابلے میں معمولی شکل وصورت کی خواتین لوگوں کی زیادہ توجہ اور ستائش حاصل کر لیتی ہیں اور اپنے میک اپ کے انداز لباس اور گفتگو کی بدولت دیکھنے والے کو ایک طلسماتی حصار میں قید کر دیتی ہے۔

مانا کہ ہماری خواتین بہت مصروف ہیں لیکن ان تمام مصروفیات میں سے کچھ وقت انہیں اپنے لئے بھی نکالنا ہوگا ورنہ کہیں ایسا نہ ہو کہ کائنات کے سارے رنگ جو وجود زن سے روشن ہیں پھیکے پڑ جائیں۔ یقیناً ہم اور آپ بلکہ کوئی بھی ایسا نہیں چاہے گا تو آیئے آج سے ہی حُسن اور دلکشی برقرار رکھنے بلکہ اس میں اضافہ کرنے والے ایک یومیہ منصوبے پر عمل پیرا ہو جائیں۔ کیا آپ ایسا چاہتی ہیں؟ نہیں تو پھر تیار ہو جائیں۔

صبح ۹ بجے

صبح اُٹھنے کے ساتھ ہی سب سے پہلے ایک گلاس نیم گرم پانی پئیں۔ ناشتہ میں آج آپ ایک ڈبل روٹی کا پیس جس پر لیمن جیلی لگی ہو۔ لے سکتی ہیں کافی یا قہوہ کا ایک مگ آپ کے ہاضمے کو تمام دن درست رکھے گا۔

صبح ۹۔۱۵

آپ یقیناً بیدار ہو چکی ہیں لیکن آپ کا جسم ابھی تک سویا ہوا ہے۔ جسم کو بیدار کرنے کے لئے مندرجہ ذیل ورزش کریں۔ (جو خواتین کمر کے درد میں مبتلا ہیں وہ اس ورزش سے اجتناب برتیں)۔

(۱) دونوں پیروں کے درمیان تھوڑا سا فاصلہ دیکر کھڑی ہو جائیں۔ پہلے اپنے دائیں بازو کو سر کے اوپر لے جائیں۔ اس طرح کہ اس میں خم نہ آئے اور پھر بائیں بازو کو یہ ورزش پانچ مرتبہ کریں۔

(۲) جس طرح پہلی ورزش میں کھڑی ہوئی تھیں بالکل اسی طرح کھڑی ہو جائیں لیکن اب دونوں بازو آہستہ آہستہ ایک ساتھ اوپر اٹھائیں کہ ان میں خم نہ آئے اور اب آپ جس حد تک اپنے بازوؤں کو لے جا سکتی ہوں لے جائیں اور دائرے کی شکل میں حرکت دیں۔ پھر دونوں بازوؤں کو بیک وقت نیچے کی طرف لائیں گھٹنوں کو موڑتی ہوئی نیچے کی طرف جھکیں اور دونوں بازوؤں کو پیروں کے درمیان لائیں۔ یہ عمل کرتے ہوئے آپ کی کمر بالکل سیدھی رہنی چاہئے۔ آپ یہ ورزش دس مرتبہ کر سکتی ہیں۔

(۳) فرش پر بیٹھ جائیں، اس طرح کہ پاؤں آپ کے سامنے بالکل سیدھے پھیلے ہوئے ہوں اور کمر بھی بالکل سیدھی ہو، سانس اندر لیتے ہوئے اپنے دونوں بازوؤں کو سامنے پھیلاتے ہوئے کندھوں کی سطح تک لائیں۔ سانس باہر نکالتے ہوئے آگے کی جانب جھکتے ہوئے اپنے بازوؤں کی مدد سے پیروں کے پنجے پکڑنے کی کوشش کریں پھر دوبارہ پہلی پوزیشن میں واپس آتے ہوئے اپنا سانس اندر کھینچ لیں، یہ عمل دس مرتبہ دہرائیں۔

صبح ۱۰ بجے

ورزش سے فارغ ہو کر تھوڑی دیر آرام کرنے کے بعد اپنے جسم پر ہلکی ہلکی مالش کریں اس سے آپ کے جسم کے وہ خلئے جو سو چکے ہیں ان میں دوبارہ تحریک پیدا ہوگی، دوران خون تیز ہوگا۔ مالش سے فارغ ہونے کے بعد اپنے جسم کو پانی سے نم کریں جب آپ کی جلد نرم ہو جائے تو جسم پر

موجود میل کچیل کو صابن سے اچھی طرح رگڑ کر صاف کریں۔ اگر آپ چاہیں تو یہ کام نمک کی مدد سے بھی کر سکتی ہیں۔ کھانے کا نمک جسم پر اور ان حصوں پر جہاں میل زیادہ ہو اچھی طرح مل کر کچھ دیر کے لئے چھوڑ دیں اور پھر اچھی طرح نیم گرم پانی سے جسم دھولیں۔ اگر جلد کو نقصان پہنچے تو آپ ماسک بھی استعمال کر سکتی ہیں۔ ماسک وہی استعمال کریں جو آپ چہرے کے لئے کرتی ہیں۔ اس ماسک کو 10 سے 15 منٹ تک لگا رہنے دیں۔ آخر میں جلد کو نرم و ملائم رکھنے کے لئے کوئی اچھا سا موئسچرائزر مل لیں یہ کام آپ کسی کولڈ کریم سے بھی لے سکتی ہیں۔

صبح ۱۱۔۳۰ بجے

اب وقت ہوا ہے بالوں پر توجہ دینے کا سب سے پہلے بالوں کو کسی معقول شیمپو سے اچھی طرح دھولیں۔ پھر

انگلیوں کی مدد سے سر پر مساج کریں۔ یہ عمل دوران خون کو تیز کر کے بالوں کی جڑوں کو مضبوط اور ان میں چمک پیدا کرے گا۔ جب بال ہلکے گیلے ہوں تو ان میں کنڈیشنر لگا کر دس منٹ کے لئے چھوڑ دیں۔ اگر آپ بالوں کو کسی دوسرے رنگ کا شیڈ دینا چاہتی ہیں تو ایک بات یاد رکھیں کہ آج کل بازار میں مختلف قسم کے ہیئر کلر دستیاب ہیں۔ اس لئے آپ جب بھی کوئی ہیئر کلر خریدیں اس کے معیار کو ہمیشہ مدنظر رکھیں۔ کلر استعمال کرنے کے بعد 10 یا 20 منٹ تک بالوں کو اسی حالت میں رہنے دیں اور پھر سر دھو لیں۔ آخر میں آپ بالوں کو اسی انداز میں بنائیں جیسا کہ آپ بناتی ہیں لیکن اگر آپ کے پاس وقت ہے تو بالوں کو نئے اسٹائل میں بنا کر دیکھیں آپ دیکھیں گی کہ یہ نیا اسٹائل آپ کی شخصیت میں بھی نمایاں تبدیلی لائیگا۔ البتہ اسٹائل کو چہرے کی مناسبت اور تقریب کی ضرورت کے اعتبار سے بنائیں۔

دوپہر ۳۰-۱۲ بجے

اتنی محنت کرنے کے بعد یقیناً آپ کو یہ حق حاصل ہے کہ آپ ایک مزیدار کھانے سے لطف اندوز ہوں لیکن ٹھہریئے ہم آپ کو بتاتے ہیں کہ آج کے بیوٹی پلان کے مطابق آپ کو کیا کھانا چاہیئے؟ ایک پلیٹ سلاد لیں جس میں ٹماٹر اور کھیرے کی موجودگی ضروری ہے۔ اس کے علاوہ

ایک گلاس لیمن جوس ہو اور اگر آپ بہت زیادہ بھوک محسوس کر رہی ہیں تو ڈبل روٹی کا ایک سلائس جس پر لیمن جیلی لگی ہو کھا سکتی ہیں۔ ساتھ میں کوئی تازہ پھل مثلاً سیب وغیرہ کھالیں لیکن پورا نہیں بلکہ آدھا۔ یاد رکھیں کھانا آہستہ آہستہ اور مزے لے لے کر کھائیں ہر چیز کا ذائقہ محسوس کریں آخر میں ایک پیالی قہوہ یا اورنج جوس پی سکتی ہیں۔

دوپہر ۳۰-۱ بجے

کھانے کے بعد آپ یقیناً سستی محسوس کریں گی اور آپ کا موڈ یقیناً آرام کرنے کا ہوگا۔ آپ جسم کو آدھا گھنٹہ آرام پہنچا سکتی ہیں۔ اس دوران آپ موسیقی سے لطف اندوز ہو سکتی ہیں۔ یہ یقیناً اعصاب پر اچھا اثر ڈالے گی۔ اس وقفہ کو آپ اپنے بیوٹی پلان کا حصہ بھی بنا سکتی ہیں۔ جسم کے مختلف اعضاء کی طرح آپ کی آنکھوں کو بھی آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ آنکھوں کی تھکن دور کرنے کے لئے کھیرے کے ٹکڑے کاٹ کر دونوں آنکھوں کے پپوٹوں پر رکھ لیں۔ تقریباً 20 یا 25 منٹ بعد جب آپ آنکھیں کھولیں گی تو آپ کو محسوس ہوگا کہ نہ صرف آپ کی آنکھوں کی تھکن دور ہوگئی ہے۔ بلکہ یہ پہلے سے بھی زیادہ روشن اور چمکدار ہوگئی ہیں۔

دوپہر ۰۰-۲ بجے

اب باری ہے فیشیل کی لیکن اس کے لئے ضروری ہے کہ آپ جلد بازی نہ کریں کیونکہ اس کام کے لئے مکمل توجہ کی ضرورت ہے یہ کام آپ بیوٹی پارلر اور گھر دونوں جگہ انجام دے سکتی ہیں۔ جلد کے میل کو دور کرنے کے لئے کھانے کا نمک تقریباً ایک چمچہ لیکر چہرے پر اس طرح مل لیں کہ جیسے فیس پاؤڈر لگاتے ہیں۔ اگر آپ خشک اور حساس جلد کی مالک ہیں تو بہتر ہے کہ لوشن یا کریم فیشیل استعمال کریں۔ اس فیشیل کو اپنے نمک ملے چہرے پر چند سیکنڈ کے لئے چھوڑ دیں پھر روئی کی مدد سے چہرہ صاف کر لیں۔ یہ ماسک آپ کے چہرے کی گندگی اور میل کچیل دور کر کے اسے یقیناً صاف ستھرا اور تروتازہ بنا دے گا۔ ماسک کے استعمال کے بعد چہرے کو ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔ آپ یقین کریں یا نہ کریں لیکن اگر آپ فیشیل کے بعد بھاپ لیں گی تو آپ کا چہرہ کسی بچے کی مانند نرم و ملائم ہو جائے گا اور جو میل فیشیل سے صاف نہ ہو سکا ہے وہ بھاپ کی مدد سے صاف ہو جائے گا۔ اس کام کے لئے کسی گہرے منہ کے برتن میں کھولتا ہوا پانی ڈالیں اور چہرے کو چند منٹ (5 منٹ سے 10 منٹ) تک کے لئے برتن پر جھکا دیں۔ اس عمل سے آپ کا چہرہ پسینے سے تر ہو جائے گا اور یہ پسینہ مساموں سے میل کھینچ کر باہر لے آئے گا لیکن یاد رکھیں فیشیل ماسک کے بغیر مکمل نہیں ہوتا۔ اگر آپ چکنی جلد کی مالک ہیں تو پھر آپ کے لئے مٹی کا ماسک بہترین ہے۔ یہ آپ کے چہرے کی چکنائی کو جذب کر کے اس کی جلد نارمل جلد میں تبدیل کر دے گا۔ اگر آپ خشک جلد کی مالک ہیں تو موئسچرائزر ماسک استعمال کریں۔ آج کل ہر قسم کے ماسک بازار میں دستیاب ہیں۔ ماسک تقریباً 10 منٹ تک اپنے چہرے پر لگا رہنے دیں اور پھر نیم گرم پانی سے چہرہ دھولیں۔

سہ پہر ۰۰-۳ بجے

اگر آپ کی جلد خراب ہوگئی ہے تو اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ گھر سے باہر نہ نکلیں کیونکہ آپ کے خیال

باہر کے خراب موسم یا آب و ہوا نے آپ کی جلد کو نقصان پہنچایا ہے۔ ایسا ہرگز نہیں بلکہ آپ کی جلد کی صحت اور تازگی میں ہوا بھی بنیادی اہمیت رکھتی ہے اور اس کے لئے ضروری ہے کہ آپ کم از کم ایک گھنٹہ کھلی فضا میں گزار دیں۔ اس قوت کو آپ چہل قدمی کے لئے سائیکل چلانے کے لئے یا ٹینس کھیلنے کے لئے استعمال کر سکتی ہیں یا کوئی ایسا عمل جس سے آپ کا جسم زیادہ سے زیادہ حرکت میں آئے تا کہ آپ گہری سانسوں کی مدد سے تازہ ہوا کو زیادہ سے زیادہ اپنے جسم میں داخل کر سکیں۔

شام ۰۰-۵ بجے

اس وقت آپ قہوہ یا کافی بھی پی سکتی ہیں۔

رات ۰۰-۸ بجے

رات کے کھانے میں آپ ایک سلائس جس پر لیمن جیلی لگی ہو۔ ایک پلیٹ سلاد ایک مرغی کی روسٹ، ٹانگ یا مچھلی کا پیس آخر میں قہوہ یا کافی، کھانے کے بعد تقریباً 10 تا 15 منٹ چہل قدمی کریں۔ اس کے بعد تھوڑا وقت پھر اپنے بیوٹی پلان کو دے سکتی ہیں یعنی آئی برو بنا لیں، ہاتھوں اور پیروں کی ویکسنگ کریں، اپنا بیوٹی بکس صاف کر لیں۔

رات ۰۰-۱۰ بجے

اب آپ کا دن تمام ہوا اب وقت ہے سونے کا۔ سوتے وقت اپنی آنکھوں میں آئی ڈراپ یا گلاب کے عرق کے چند قطرے ڈال لیں تو زیادہ بہتر ہے۔ اگر اس وقت آپ ایک کپ قہوہ پی لیں تو پُرسکون نیند آئے گی اور آپ دوسرے دن چاق و چوبند بیدار ہوں گی۔

(ارم افتخار......لاہور)

J940119

اللہ تعالیٰ نے ایک بے ضرر سی چیز کو بھی اتنی وسعت دی ہے جو بیان سے باہر ہے۔ وہ چیز ہے انسان کے بال، جن کی ظاہری طور پر کوئی اہمیت نہیں ہے لیکن انسان کے بال اس کی شخصیت کے آئینہ دار ہوتے ہیں۔ انسان کے بال جس طرح کے ہوں گے۔ اس کے خیالات و احساسات اور فطرت بھی ویسی ہی ہوگی۔ بالوں کی کئی اقسام ہوتی ہیں جن کے اعتبار سے انسان کی شخصیت ڈھلتی ہے۔ یعنی اگر آپ کسی کی شخصیت کے اندر جھانکنا چاہیں تو اس کے بالوں کے ذریعے بآسانی یہ پڑھ سکتے ہیں کہ اس کے خیالات کس طرح کے ہیں اور وہ فطرتاً کیسا انسان ہے۔ بالوں کی کئی اقسام ہوتی ہیں۔ یعنی موٹے بال، پتلے و باریک بال اور گھونگریالے بال پھر ان کی بھی اقسام ہیں یعنی موٹے لیکن نرم بال، زیادہ اور کم گھونگریالے پھر بالوں کی جڑیں کہ آیا وہ قریب ہیں کہ دور دور ہیں۔ ان سب باتوں کو مدنظر رکھتے ہوئے ہر کوئی کسی کو پڑھ سکتا ہے۔ جتنے بال سیدھے اور چمک دار ہونگے۔ ویسے ہی شخصیت کے خیالات میں وسعت نظر ہوگی۔ اگر انسان کے بال موٹے اور سخت ہیں تو یقینی طور پر وہ بہت سخت مزاج ہوگا اور اگر ساتھ ہی بالوں میں گھنا پن ہے۔ یعنی جڑیں بہت قریب قریب ہیں تو اس میں ضدی خصوصیت بدرجۂ اتم موجود ہوں گی ایسے لوگ چاہے کتنے بھی عالم فاضل ہو جائیں لیکن ان کے اندر کا جانور ہمیشہ زندہ رہے گا۔

ان لوگوں میں نفاست کا فقدان ہوتا ہے، چہرے پر عموماً سختی اور کھردرا پن نظر آئے گا۔ غصہ ناک پر دھرا رہے گا۔ اس کے برعکس وہ لوگ جن کے بال موٹے تو ہوتے ہیں لیکن ان کی جڑیں دور دور ہوتی ہیں اور بالوں میں کسی قدر نرمی بھی ہوتی ہے تو ایسے لوگ اکثر صابر اور حلیم طبع ہوتے ہیں۔ غصہ ضرور جلدی آتا ہے لیکن ایسے میں عقل نہیں گنواتے، ملنسار اور خوش اخلاق ہوتے ہیں، ذہین ہوتے ہیں۔ تخلیقی کاموں میں دلچسپی ہوتی ہے۔ اگر بال پتلے اور نرم ہوں تو ایسے لوگ نرم مزاج اور لچکیلے ہوتے ہیں، یہ بزدل بھی ہوتے ہیں۔ ایسے لوگ اپنے آپ پر تو اعتماد کر سکتے ہیں لیکن دوسروں پر نہیں کرتے یعنی اگر کوئی مشکل کام آ پڑے تو یہ سوچتے ہیں پتہ نہیں دوسرے یہ کام کیسے کریں گے۔ یہی وجہ ہے کہ ایسے لوگ اپنی دنیا بسا لیتے ہیں پھر اس دنیا کے عقائد و قوانین بھی عجیب وضع و قطع کے ہوتے ہیں جن میں کوئی دخل اندازی کی جرات نہیں کر سکتا۔

نرم اور پتلے بال والے لوگ مسافر ہوتے ہیں جو عموماً دو کشتیوں میں پیر رکھنے کے عادی ہوتے ہیں اسی لئے جلدی ٹھوکر کھاتے ہیں۔ یہ ہمدرد بھی ہوتے ہیں۔ اب رہ گئے گھونگریالے بال تو یہ قسم بھی موٹے اور سخت بالوں والوں سے جدا نہیں ہے۔ ایسے لوگ جن کے بال گھونگریالے ہوتے ہیں وہ کافی حد تک جذباتی، غیر مہذب، ناشائستہ، ضدی، جھگڑالو لیکن طاقت ور ہوتے ہیں۔ اسی لئے یہ لوگ عقل سے زیادہ طاقت کی پوجا کرتے ہیں اور اس کا استعمال وہاں بھی کر گزرتے ہیں۔ جہاں صرف عقل استعمال کرنی ہو اس لئے اکثر چوٹ کھا جاتے ہیں یعنی اگر ایک بات جو ان کے دل میں سما جائے۔ وہ پھر ان کے بالوں کی طرف بس ایک جگہ ہی گھومتی رہتی ہے۔ دوسری طرف دھیان مشکل ہی سے لگتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ایسے لوگ اکثر توہم پرست ہوتے ہیں ویسے یہ لوگ ہمدرد بھی ہوتے ہیں لیکن چہرے پر ایک طرح کی سختی رہتی ہے۔ جیسے جیسے بالوں میں گھونگر کم ہوگا۔ ویسے ویسے مندرجہ بالا خصوصیات میں کمی یا تبدیلی آتی جائے گی۔ یہ اللہ تعالیٰ ہی کی قدرت ہے جس نے ایک بے ضرر سی چیز میں پوری ایک داستان پنہا کر دی ہے۔ اور ساتھ میں اس داستان کو پڑھنے کا علم بھی عطا کیا ہے۔ (سبحان اللہ) لیکن ہم پھر بھی اس کی قدرت کی تعریف نہیں کرتے، اس کا شکر ادا نہیں کرتے۔ اللہ نے ایک ایک ذرے میں پوری کائنات کو سمو دیا ہے یہ صرف اور صرف اس خالق کی قدرت ہے کہ ایسا کر سکے جس کو دیکھ کر انسان محوِ حیرت رہے۔

(نازیہ اقبال......کراچی)

پُراسرار پیغام

یہ تقریباً بیس سال پہلے کا واقعہ ہے۔ ہمارا معمول تھا کہ رات کو کھانے کے بعد نوجوان لڑکے اور بچے باہر میدان میں نکل آتے اور خصوصاً چاندنی راتوں میں دیر تک مختلف کھیلوں سے اپنا جی بہلاتے تھے۔ فروری کا مہینہ تھا چودھویں رات کا چاند نکلا ہوا تھا ہم دس بارہ لڑکے مسجد کے بالکل سامنے بنے ہوئے ایک میدان میں دیر تک کھیلتے رہے۔ پہاڑی علاقوں کی چاندنی ایسی ہوتی ہے کہ رات پر بھی دن کا گمان ہوتا ہے۔ مسجد کے سامنے ایک چبوترہ ہے ہم چند لڑکے اس چبوترے پر آ گئے اور اونچ نیچ کھیلنے لگے میں مسجد کے پچھواڑے آ گیا میں چاہتا تھا کہ کچھ دیر ادھر ادھر گھوم پھر کر لڑکوں میں شامل ہو جاؤں۔ میں نے وہاں ایک باریش آدمی کو دیکھا جس نے سفید کپڑے پہنے ہوئے تھے اور اس کے ہاتھ میں لالٹین تھی وہ مسجد کی طرف تیزی سے آ رہا تھا۔ عشاء کی نماز کب کی ہو چکی تھی شاید یہ شخص رات کو عبادت کرتا ہوگا مگر یہ ہے کون؟ مارے تجسس کے میں آگے بڑھ کر اسے شناخت کرنے چلا میں نے پکارا۔

''بابا' بابا۔'' وہ شخص رکا مجھے قریب آتے دیکھا تو لالٹین اونچی کی میں نے دیکھا وہ شخص ہمارے گاؤں کا نہیں تھا مجھے دیکھ کر وہ مسکرایا کہنے لگا۔ ''بیٹا اللہ فضل گاؤں والوں کو یہ پیغام دے آؤ کہ وہ مسجد میں آ جائیں اللہ خیر کرے گا۔'' میں ڈر گیا کہ خدا جانے یہ کون ہے میں وہاں سے بھاگا مجھے کچھ لڑکے آتے دکھائی دیئے وہ میری تلاش میں تھے انہوں نے مجھے بابا سے باتیں کرتے دیکھ لیا تھا۔ ایک لڑکے نے پوچھا۔ ''یہ بابا تم سے کیا کہہ رہا تھا۔'' میں نے بتایا تو نورالحسن نے کہا۔ ''یہی بابا مجھے گلی کے نکڑ پر ملے تھے مجھے روک کر انہوں نے یہی بات کہی تھی میں گھر لوٹ رہا تھا۔'' میرے دو دوستوں نے بھی یہی بات دہرائی کہ یہی بابا انہیں بھی ابھی ابھی تھوڑی دیر پہلے ملے تھے اور انہوں نے یہی بات کہی کہ ''گاؤں والوں کو مسجد میں لے آؤ اللہ خیر کرے گا۔'' حیرت کی بات یہ تھی کہ یہ بابا مختلف جگہوں پر سب کو ملے تھے سب نے متفقہ فیصلہ کیا کہ بابا کا تعاقب کیا جائے ہم مسجد میں داخل ہوتے ہوئے گھبرا رہے تھے کہ خدا جانے یہ کون ہو۔ اس وقت رات کے بارہ بج رہے تھے ہم لوگ ڈر گئے اور واپس اپنے گھروں کو لوٹنے کا ارادہ کر کے الٹے قدموں بھاگ لئے۔ گھر میں سبھی نے اپنے گھر میں بابا والی بات کہی ہوگی میں نے بھی اباجی کو بتایا وہ کہنے لگے کوئی نیک روح ہوگی زیادہ دیر گھر سے باہر نہ رہا کرو یہ وقت روحوں کے ویرانوں میں گھومنے کا ہوتا ہے۔ میں بستر میں دبک گیا کھیل میں سردی کا کچھ پتہ نہیں چل رہا تھا ابھی لحاف گھسیٹا ہی تھا کہ زمین ہلکے ہلکے جھولنے لگی۔ ابا چونک کر بولے۔ ''زلزلہ آ رہا ہے اٹھو جلدی سے باہر نکلو۔'' ہمارے علاقے میں زلزلہ عموماً آتا رہتا ہے مگر کبھی شدید نقصان نہیں پہنچا تھا اس لئے ہم نے باہر نکلنے میں قدرے سستی دکھائی کہ شاید وہ رک جائے ابھی ہم نے باہر نکلنے کے لئے گھر سے قدم بھی نہ نکالا تھا کہ زلزلے کی آواز تیز گڑگڑاہٹ میں بدل گئی چاروں طرف چیخ و پکار کی آوازیں آنے لگیں زمین پنگھوڑے کی طرح دائیں بائیں جھولنے لگی گاؤں میں بھگدڑ مچ گئی خوف کے مارے ہمارا برا حال تھا اباجی چلا چلا کر کہنے لگے ''سب مسجد میں چلو' مسجد میں چلو۔'' باہر نکلے تو لوگ ادھر ادھر بھاگ رہے تھے ابوجی نے وہی نعرہ لگایا ''بھائیوں مسجد میں چلو وہیں امان ملے گی۔'' سب اس آواز کو تائید سمجھ کر ادھر ہی بھاگ لئے اور ایک ایک کر کے گاؤں کے سارے لوگ مسجد میں چلے آئے زلزلہ اس قدر شدید تھا کہ دیکھتے ہی دیکھتے آدھا گاؤں زمین بوس ہو گیا۔ بڑی بڑی پتھریلی چٹانوں کے تودے کچے مکانوں کو روندتے چلے گئے۔ گاؤں کے تقریباً سبھی گھروں کی دیواریں ڈھے گئیں۔ زلزلہ کے جھٹکے کبھی تیز اور کبھی ہلکے دیر تک آتے رہے اور لوگ مسجد میں توبہ اور استغفار کرتے رہے مسجد کی ایک دیوار بھی اپنی جگہ سے نہیں ہلی تھی۔ صبح سے ذرا پہلے کچھ سکون ہوا زلزلے کے خوف سے لوگ رات بھر جاگتے رہے زلزلہ تھم چکا تھا صبح ہونے پر جب ہم نے باہر نکل کر گاؤں کی حالت دیکھی تو لرزہ طاری ہو گیا تقریباً پورا گاؤں ملبہ کا ڈھیر بن گیا تھا مگر خوشی کی بات یہ تھی کہ ایک بھی جان ضائع نہیں ہوئی تھی۔ ابوجی نے بتایا کہ وہ اس پُراسرار پیغام کو بروقت نہ سمجھ جاتے تو بے شمار جانیں ضائع ہو جاتیں وہ بزرگ جو کوئی بھی تھے خضر بن کر بچوں کو نجات کا راستہ بتا گئے تھے۔

(نورالحسن......لاہور)

J930723

ہمارے قریبی رشتے کے تایا جب ہجرت کر کے پاکستان آئے تو انہوں نے کراچی میں مستقل سکونت اختیار کر لی اور یہاں انہوں نے ایک میڈیکل اسٹور کھول لیا جو آہستہ آہستہ خوب چل نکلا۔ اس زمانے میں یہاں کی آبادی بہت کم تھی لہٰذا انہوں نے اپنے میڈیکل اسٹور سے قریب ایک خالی پلاٹ خرید لیا اور اس کی تعمیر شروع کروادی۔ کام تیزی سے ہو رہا تھا اس کا ایک حصہ مکمل ہو گیا تو وہ اس زیر تعمیر گھر میں شفٹ ہو گئے تا کہ اسٹور سے

ناقابل فراموش

قریب رہائش اختیار کرنے پر انہیں آسانی حاصل ہوجائے' وہ دوپہر کا کھانا گھر پر کھانے کے لئے باقاعدہ آنے لگے تھے اس کے ساتھ وہ گھر کی تعمیر بھی اپنی نگرانی میں کروا رہے تھے۔ گھر کے ایک حصے میں بجری اور اینٹیں وغیرہ پڑی ہوئی تھیں دوسرے حصے میں ان کی رہائش تھی گھر کا صحن کھلا رہتا تھا اس میں ایک بادام کا پرانا درخت پہلے سے موجود تھا۔ پہلے خیال تھا کہ اسے کٹوا دیا جائے مگر تائی کے اصرار پر اسے صحن میں شامل کرلیا گیا تھا۔ تائی دوپہر کو اس کے نیچے کچھ دیر لیٹ جایا کرتی تھیں۔

کچھ ہی ہفتے گزرے تھے کہ وہ خوف زدہ نظر آنے لگیں انہوں نے بتایا کہ دوپہر کو کبھی وہ یہاں سوجاتی ہیں تو انہیں آوازیں سنائی دیتی ہیں جیسے کوئی عورت اور بچہ آپس میں باتیں کررہے ہوں کبھی کسی مرد کی آواز بھی اس میں شامل ہوجاتی ہے اور جب وہ گھبرا کر اٹھ بیٹھتی ہیں تو آوازیں بند ہوجاتی ہیں۔ تایا نے اُن کا مذاق اڑا کر ان کی بات کو وہم قرار دے دیا تھا۔ تائی نے کچھ دنوں بعد بتایا کہ رات کو کسی بچے کے جگانے سے اُنکی آنکھ کھل جاتی ہے اور انہیں صحن میں بچوں کے کھیلنے کودنے کی آوازیں صاف سنائی دیتی ہیں۔ تایا جی نے پھر سنی ان سنی کر کے انہیں ٹال دیا۔ ایک رات گھر کی چھت پر کوئی وزن اٹھانے کا ڈمبل لڑھکا رہا تھا جس کی وجہ سے سب کی آنکھ کھل گئی۔ تایا جی کے بڑے لڑکے کو ورزش کا شوق تھا تایا جی ٹارچ لے کر جب چھت پر پہنچے تو وہاں کوئی نہیں تھا اور ساتھ ہی آواز بھی رک گئی تھی جب وہ نیچے آگئے تو آواز پھر آنی شروع ہوگئی۔ پھر یہ ہوا کہ وہ جیسے ہی اوپر کی آخری سیڑھی پر قدم رکھتے تو آواز بند ہوجاتی اور جب نیچے اترتے تو آواز پھر آنے لگتی۔ غرض کئی چکر لگانے کے بعد تایا جی تھک گئے اور ساری رات وہ شور جاری رہا۔ آس پاس کوئی گھر بھی نہیں تھا جو گمان ہوتا کہ پڑوس کی چھت پر کوئی شرارت کررہا ہے۔ تایا جی نے اپنے طور پر گھر والوں کے دلوں سے ڈر نکالنے کی کوشش کی۔

دوسرے دن وہ میڈیکل اسٹور سے گھر کھانے کے لئے جب داخل ہوئے تو انہوں نے گدھے کی جسامت کا ایک کالا کتا بیٹھا دیکھا اس کے جبڑے کھلے ہوئے تھے اور آنکھوں کی سرخی دور سے لپکتی دکھائی دے رہی تھی۔ وہ تایا جی کو دیکھتے ہی اُٹھا اور وہیں کھڑے کھڑے اس نے ایک ہی جست میں ساڑھے چھ فٹ کی دیوار پار کرکے باہر چھلانگ لگادی۔ یہ بڑا ناقابل یقین منظر تھا۔ تایا نے بھاگ کر باہر اسے ڈھونڈا' وہ کہیں نہیں تھا۔ تب وہ جان گئے کہ اس میں یقیناً کوئی آسیب ہے۔ انہوں نے ادھر ادھر ذکر کرکے کسی عامل کا پتہ معلوم کرنے کی کوشش شروع کی مگر اس سے پہلے کہ انہیں کوئی اچھا عامل ملتا ان کی دو چھوٹی بچیاں جن کی عمریں تین چار سال کی تھیں عجیب وغریب مرض میں مبتلا ہوگئیں انہوں نے ایک ساتھ کھانا پینا چھوڑ دیا اور کمرے میں اکیلی بیٹھی باتیں کیا کرتی تھیں ایسا لگتا تھا جیسے ان کے آس پاس بہت سارے بچے جمع ہوں' کوئی اور کمرے میں چلا جاتا تو وہ دونوں چپ ہوجاتی تھیں۔ پھر ان پر دورے پڑنے لگے جس کی وجہ سے ان کے منہ سے عجیب وغریب آوازیں نکلنے لگتی تھیں تایا جی نے ڈاکٹر کو بلا کر انہیں دکھایا وہ ان کا مرض نہ پکڑ سکا اور ایک' ایک روز کے وقفے سے دونوں بچیاں اللہ کو پیاری ہوگئیں۔ یہ بہت بڑا غم تھا' تائی کا برا حال ہوگیا تھا وہ اور زیادہ خوف زدہ رہنے لگی تھیں۔

اُن کا کہنا تھا کہ گھر میں جب وہ اکیلی ہوتی ہیں تو ایک عورت جس کے بال کمر سے کہیں نیچے جھول رہے ہوتے ہیں ان کے ساتھ ساتھ چلتی رہتی ہے۔ تایا جی کو بالآخر ایک عامل کا پتہ مل گیا وہ تائی کو لے کر اس کے پاس گئے اور اُنہیں احوال بتایا۔ عامل نے تائی کو دیکھ کر کہا ''جو اس عورت کو تنگ کرتی ہے وہ شریر مخلوق ہے میں خود کسی دن آکر تفصیلی جائزہ لوں گا۔'' عامل چند روز بعد تشریف لائے گھر کے سارے کونے دیکھے ان کی مٹی اُٹھا کر سونگھی اور مسکراتے رہے۔ پھر انہوں نے کچھ کیلیں منگوا کر گھر کے کونوں میں گاڑنے کا حکم دیا اور تایا جی کو بتایا کہ یہ شریر مخلوق باز آنے والی نہیں ہے اسے ختم کرنا پڑے گا۔ انہوں نے ایک فلیتہ دیا اور کہا کہ اپنی بیوی سے کہنا اسے زیتون کے تیل میں بھگو کر اندھیرے کمرے میں جلائے اور اس آگ میں جو کچھ نظر آئے اس پر گہری نظر رکھے۔ تائی اس کام کے لئے تیار نہیں ہورہی تھیں۔ تائی کی بہن بڑی ہمت والی خاتون تھیں وہ تائی کے ساتھ بیٹھنے پر رضا مند ہوگئیں۔ چنانچہ ان کے اصرار پر تائی نے یہ عمل پورا کیا۔

اندھیرے میں انہوں نے جیسے ہی فلیتہ جلایا انہیں اپنے سامنے ایک سیاہ رنگ کا آدمی جس نے چٹیا باندھی ہوئی تھی دکھائی دیا۔ اس کی چٹیا کے نچلے سر پر آگ لگی ہوئی تھی۔ جیسے جیسے فلیتہ جل رہا تھا ویسے ویسے اس کی چٹیا کی آگ اوپر بڑھتی جارہی تھی وہ آدمی چیخ رہا تھا' معافیاں مانگ رہا تھا پھر انہیں مندر دکھائی دیا جس کے دروازے کے آگے وہ شخص جل رہا تھا فلیتے کی آگ ختم ہوتے ہی وہ منظر یکدم غائب ہوگیا اور تائی بے ہوش ہوکر دادی کی گود میں ڈھے گئیں۔ اس وقت صحن میں لگے بادام کے درخت میں خود بخود آگ لگ گئی جسے بڑی مشکل سے بجھایا گیا۔

عامل نے بتایا کہ اس درخت پر اس شریر مخلوق کے کنبے کا برسوں سے بسیرا تھا جو اب مکمل طور پر ختم ہوگیا ہے۔ تایا سے عامل نے اس عمل کا ایک پیسہ بھی نہیں لیا تھا عامل نے بتایا کہ یہ شریر مخلوق آپ کی بیوی کو تنگ کرنے پر تل گئی تھی۔ شاید نادانستگی میں ان سے کوئی ایسا خطا ہوئی تھی جس سے وہ سب اِن کے دشمن بن گئے تھے۔ اس عمل کے بعد گھر میں امن قائم ہوگیا تھا اور وہ جب تک اس گھر میں رہے کوئی پریشان کن واقعہ پیش نہیں آیا۔

(اسد علی......ملتان)

J000531

اللہ تعالیٰ کے ۹۹ صفاتی نام ہیں جن سے ہم بے شمار فوائد حاصل کر سکتے ہیں اس سلسلے میں قارئین کی دلچسپی کو مدنظر رکھتے ہوئے ایسا سلسلہ شروع کیا جا رہا ہے جس کے ذریعے آپ ہر ماہ اللہ تعالیٰ کے کسی نام کی مکمل تفصیل اور ان میں پوشیدہ کشفی فضائل حاصل کر سکتے ہیں

ہر چیز کا دیکھنے والا' بڑا نگہبان جو تمام اشیاء کی نگہبانی کرتا اور انہیں دیکھتا رہتا ہو۔ حتیٰ کہ اس کی حفاظت سے کوئی ذرہ باہر نہ ہو۔ خواہ وہ ذرہ آسمان میں ہو یا زمین میں۔ اس کے معنی نگراں کے بھی ہے۔

اس کے معنی کا اثر پیدا کرنے کی شکل یہ ہے کہ خدا تعالیٰ سے دلی لگاؤ قائم کرے اور اپنے نفس کی نگرانی کرتا رہے اور دل کی صفائی اور نفس کی ستھرائی میں پوری توجہ صرف کرے اور اللہ تعالیٰ سے ہمیشہ خوف زدہ رہے اور حصول کے لئے بھی اس کا عمل بہتر ہے۔

☆خزانے والے مکان میں اس اسم کے ذکر کرنے سے خزانہ نکالنے کے موانع دور ہو جاتے ہیں اور خزانہ فوراً ظاہر ہو جاتا ہے۔

☆اس اسم کے ذاکر کو بہت بلند درجات حاصل ہوتے ہیں۔

☆جس دشمن کے مقابلہ کی طاقت نہ ہو اس کے لئے سات بار ہر نماز سے پہلے پڑھ لیا کرے۔

اور اس سے ایک لحہ بھی غافل نہ ہو اسے رقیب کہتے ہیں۔ گویا کہ رقیب' علیم وحفیظ کا مجموعہ ہے اور چونکہ کراماً کاتبین ہمہ وقت بندے کے ساتھ رہتے اور اس کے اعمال لکھتے رہتے ہیں۔ اسی لئے انہیں بھی رقیب کہا جاتا ہے۔

☆یہ اسم اعظم اور سرمکرم ہے۔ بکثرت اس کا ذکر اپنے حرکات وسکنات میں محفوظ رہتا ہے۔

☆اسم رقیب میں دلوں کے نرم اور ان میں خشوع وخضوع پیدا کرنے کی عجیب وغریب تاثیر مضمر ہے۔

☆اس اسم کے ذاکر کے دل میں اللہ تعالیٰ سے بڑی شرم پیدا ہوتی ہے اور اس کا ظاہر وباطن ادب سے آراستہ ہوتا ہے۔

اسم ''رقیب'' میں دلوں کے نرم اور ان میں خشوع وخضوع پیدا کرنے کی عجیب وغریب تاثیر مضمر ہے

اسے ہر آن' ہر لحہ اور ہر موقع پر دیکھنے اور سننے والا سمجھ کر خوش کرنے کی تدبیر کرتا رہے۔

یہ اسم جمالی ہے۔ عنصر آتشی ہے۔ عدد اس کے ۳۱۲ ہیں۔

☆یہ اسم پاک محافظت حسن و جمال' اولاد' زرو مال' کاروبار' کھیتی' ملازمت وغیرہ کے لئے ہے یہ اسم معانی و اوصاف میں بہت وسیع ہے۔

☆اگر کسی کے حسن و جمال' اولاد اموال' عزت ومال کے حاسد و رقیب زیادہ ہوں یا کسی کی منگنی ہو چکی ہو اور حاسدین درمیان میں حائل ہو جائیں اور کشیدگی پیدا کرنے کی کوشش کریں یا کشیدگی پیدا کر دی گئی ہو تو اس اسم کا ورد کرنا چاہئے۔

☆جو مال وملکیت بوجہ دشمنی وحسد چھین لی گئی ہو اس کے

☆گھر بار' کھیتی وغیرہ کو تنہا چھوڑتے وقت دشمن کے نقصان پہنچانے کا خطرہ ہو تو اس اسم کو سات بار پڑھ کر جس کی حفاظت مقصود ہو اس کے گرد دم کر دے واپسی تک کوئی نقصان نہ پہنچا سکے۔

☆اگر سفر میں کسی بچے کی جانب سے ضائع ہونے کا خوف ہو تو اس بچے کی گردن پر ہاتھ رکھ کر اس اسم کو سات بار پڑھے انشاء اللہ وہ بچہ سفر میں محفوظ رہے۔

☆اگر کوئی آدھی رات کے بعد اس اسم کو ۱۰۰ مرتبہ پڑھے اپنے نفس اور شیطان کے مکروفریب سے بچا رہے۔

☆اگر کوئی روزانہ ۴۰ مرتبہ پڑھے تو دشمنوں کی دشمنی سے بچا رہے۔ اگر کوئی چیز کھو جائے تو وہ اس اسم کو بکثرت پڑھے انشاء اللہ مل جائے گی۔

جو ذات ہر چیز کو جانتی اور ہر چیز کی حفاظت کرتی ہو

رقیب وہ محافظ حقیقی ہے جو پوشیدہ اور ادنیٰ چیز کی بھی حفاظت کرتا ہے' وہ دائم الوجود ہے زمان ومکان اسے محدود نہیں۔ یہ صفت بھی صرف اللہ تعالیٰ کی ہے۔

سنہری باتیں

☆ جو صبر کرنے کی کوشش کرتا ہے اللہ تعالیٰ اسے صبر دیتا ہے۔ (بخاری ومسلم)

☆ جو گناہوں سے توبہ کرتا ہے وہ ایسا پاک ہو جاتا ہے جیسے اس نے گناہ کئے ہی نہیں۔ (ابن ماجہ مشکوٰۃ)

☆ جس نے اپنے مسلمان بھائی سے ایک سال تک تعلق توڑے رکھا گویا اس نے اسے قتل کر دیا۔ (ابوداؤد)

☆ اپنے ہاتھ کی کمائی ہوئی روزی سے کوئی روزی بہتر نہیں۔ (بخاری)

(ثمرہ بخاری..... کراچی)

روشنی کے پکوان

اس ماہ گوشت کی مختلف تراکیب پیش کی جارہی ہیں

دہی اور دھویں میں پکا گوشت

(آسیہ یوسف......کراچی)

اجزاء: گوشت دستی = ایک سیر' دہی = آدھا سیر' پیاز = آدھ سیر' لہسن' ادرک = ایک ایک چھٹانک' پودینہ = ایک گٹھی' ہری مرچ = چند ایک' نمک' سرخ مرچ = حسب پسند' تیل = ایک پاؤ۔

ترکیب: پیاز ایک پاؤ باریک پیس لیں' لہسن ادرک بھی پیس لیں۔ گوشت کو دھو کر صاف کریں اور پسا ہوا لہسن' پیاز' ادرک اس میں ڈال دیں۔ نمک' سرخ مرچ اور پسا ہوا سوکھا دھنیا بھی ڈال دیں۔ پانی دو پیالی ڈال دیں اور بھونتے جائیں۔ یہاں تک کہ تیل کی خوشبو باقی نہ رہے۔ اب اس کو چولہے پر سے اتار لیں اور چند منٹ کے لئے ٹھنڈا ہونے دیں۔ دہی کو ایک علیحدہ پیالے میں ڈالیں اور خوب پھینٹ کر کریم کی طرح کر لیں۔ باقی ایک پاؤ پیاز کو لچھے دار کاٹ لیں پیاز کو دھوئیں نہیں' پودینہ کے پتے دھو کر باریک کاٹ لیں اور پیاز میں ملادیں۔ دو تین سبز مرچ بھی باریک کاٹ کر پیاز میں ملادیں۔ اب پتیلی کا ڈھکنا کھولیں او پر اس پر ایک تہہ دہی کی جمادیں۔ پھر پیاز' پودینہ' ہری مرچ کی دوسری تہہ اور دہی کی تیسری تہہ پھر پیاز اور دہی۔ اسی طرح تین تہہ دہی اور دو تہہ پیاز وغیرہ کی جمادیں۔ اب اس کے درمیان میں روٹی کا ایک ٹکڑا رکھ دیں۔ روٹی کے ٹکڑے پر دہکتے ہوئے کوئلے رکھ دیں اور اس پر گھی کا چھینٹا دے دیں۔ جب دھواں اٹھنے لگے تو اس کو ڈھکن سے بند کر دیں اور دس منٹ تک ایسا ہی پڑا رہنے دیں۔ دس منٹ کے بعد کھولیں اور ڈش میں نکالتے وقت خاص طور پر خیال رکھیں کہ سب کچھ مل نہیں جائے۔ جیسا دیگچی میں ہے ویسا ہی رکھا جائے۔

پسندوں کا حیدرآبادی سالن

(ممتاز سلطانہ......حیدرآباد)

اجزاء: گوشت = آدھا کلو' پیاز = دو عدد' دہی = آدھا پاؤ' لہسن ادرک = آدھی چھٹانک' تیل = آدھا پاؤ۔

ترکیب: تیل گرم کریں' پیاز کو باریک کاٹ کر براؤن کر لیں اس میں ادرک لہسن پیس کر براؤن کر لیں اور گوشت کے پسندے کاٹ کر تیل میں ڈال کر اس وقت تک بھون لیں جب تک گوشت کا پانی ختم نہ ہو جائے پانی خشک ہو جائے تو نکال لیں اس میں دہی اور لال مرچی اور ہلدی اچھی طرح مل دیں پھر اس کو اسی تیل میں ڈال کر حسب ضرورت پانی میں پکنے دیں' اس میں دو سے تین ٹماٹر شامل کر دیں اور جب پانی سوکھنے لگے تو ہری مرچ اور ہرا دھنیا ڈال دیں اور کروم کے لئے چھوڑ دیں یہاں تک کے پانی خشک ہو جائے اور پسندے گل جائیں' پسندوں کے گل جانے پر گرم گرم چاولوں کے ساتھ تناول فرمائیں۔

ممتاز کوفتہ

(عارفہ حسین......جہلم)

اجزاء: پنیر = آدھا کپ' آلو (ابلے ہوئے) = دو عدد' کارن فلور = تین کھانے کے چمچے' کاجو اور کشمش = دس' بارہ عدد' تھوڑا سا ادرک اور مرچیں پسی ہوئی' مٹر پسی ہوئی = ایک کپ' نمک' تیل حسب ضرورت۔

ترکیب: آلو کو اُبال کر چھیل لیں اور اس میں نمک اور کارن فلور کو اچھی طرح مکس کر لیں۔ اب اس آمیزے کو بارہ حصوں میں تقسیم کر لیں۔ پنیر میں پسی ہوئی' مٹر' نمک' ادرک اور مرچیں ملادیں۔ کاجو کو باریک باریک کاٹ کر اور کشمش کو صاف کر کے آلو میں شامل کر دیں اور اس کو اس حد تک تلیں کہ اس کا رنگ براؤن ہو جائے۔

کوفتوں پر رائتے کے استعمال سے ان کا لطف دوبالا ہو جاتا ہے رائتے کی ترکیب درج ذیل ہے۔

اجزاء: کریم = ایک پیالی' تازہ دہی = ایک پیالی' کاجو = دس بارہ عدد' کارن فلور = ایک کھانے کا چمچ' لہسن کے جوئے = چار عدد' پیاز = ایک عدد' ہری مرچیں حسب خواہش' کشمش = دو کھانے کے چمچ' لونگیں = دو عدد۔

ترکیب: سب سے پہلے لونگیں' خشخش اور کاجو کو باریک پیس لیں پھر اس میں لہسن کے جوئے ڈال کر مزید پیسیں' پیاز ڈال کر ایک بار پھر پیسیں۔ دو کھانے کے چمچے تیل فرائی پین میں ڈال کر تیل کو اچھی طرح گرم کر لیں جب تیل گرم ہو جائے تو مندرجہ بالا آمیزہ شامل کر دیں اور دو منٹ تک فرائی کریں۔ تھوڑے سے پانی میں کریم اور کارن فلور ڈال کر مکس کر لیں اور فرائی کے آمیزے میں شامل کر کے مزید پانچ منٹ تک پکائیں۔ دہی کو اچھی طرح پھینٹ کر اس میں شامل کر دیں اب اس آمیزے کو دو منٹ تک اُبال لیں۔ جب اُبال آجائے تو چولہا بند کر دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر رائتا کوفتوں پر ڈال کر پیش کریں۔

نانی امّاں کے ٹوٹکے

تیل یا گھی کی جلن دور کرنا

اکثر تیل یا گھی گرم کرتے ہوئے چٹختا ہے اور ہاتھ یا پاؤں پر گر جاتا ہے جس سے جلن ہوتی ہے اگر فرائی پین میں کوئی چیز تلنے سے پہلے تھوڑا سا نمک گھی سے پہلے چھڑک لیا جائے تو گھی چٹخنے نہیں پائے گا' پیاز کا سوکھا چھلکا لے کر تیل میں ڈال کر جلا کر نکالیں تو بھی تیل یا گھی نہیں چٹخے گا۔

گلاب کا پودا کیسے تیزی سے نشوونما پائے

اگر آپ چاہتے ہیں کہ گلاب کا پودا تیزی سے نشوونما پائے تو اس میں چائے کی پتی کا پانی ڈال دینا چاہئے اس طرح گلاب کا پودا تیزی سے نشوونما پاتا ہے۔

(سدرہ رحمٰن...... سیالکوٹ)

المونیم کے برتن صاف کرنے کے لئے

المونیم کے بنے ہوئے برتن اگر کوئی چیز پکانے کے دوران میں جل کر چپک جائے تو ایک پیاز کاٹ کر اس برتن میں ڈالیں اور کچھ پانی میں ڈال کر اُبالیں اس عمل سے تھوڑی ہی دیر میں برتن سے چپکا ہوا سالن اُتر جائے گا اور برتن اچھی طرح صاف نظر آئے گا۔

کپڑے سے لوہے کا زنگ صاف کرنا

بعض اوقات کپڑے پر بھی لوہے کا زنگ لگ جاتا ہے اسے اتارنے کے لئے لسی مفید ہے یعنی لسی سے دھونے سے یہ داغ دور ہو جاتے ہیں۔

(کنول مجید...... لاہور)

پکے اور کچے پھلوں کو زیادہ عرصہ تک محفوظ رکھنا

پکے ہوئے یا کچے پھلوں کو زیادہ عرصہ تک محفوظ رکھنے کے لئے تیل میں کچے پھل اور شہد میں پکے پھل رکھے جاسکتے ہیں جس سے یہ کافی عرصہ تک محفوظ رہیں گے اور آپ انہیں جب چاہیں استعمال کرسکیں گے۔

سبزیوں کو تازہ رکھنا

اگر آپ کچھ عرصہ کے لئے سبزی کو تازہ رکھنا چاہتے ہیں تو پانی میں دو تین چمچ سرکہ کے ڈال دیئے جائیں اور اس پانی میں سبزی کو اچھی طرح دھویا جائے جس سے سبزی کافی عرصہ تک بالکل تازہ رہے گی اور اس میں موجود جراثیموں کا بھی خاتمہ ہو جائے گا۔

ریفریجریٹر میں زیادہ عرصہ تک انڈوں کو محفوظ رکھنا

اگر ریفریجریٹر میں زیادہ عرصہ تک انڈوں کو محفوظ رکھنا ہو تو پھر انڈوں کو کسی کپڑے میں لپیٹ کر ریفریجریٹر میں رکھنا چاہئے جس سے وہ خراب نہیں ہوں گے۔

(فرزانہ جبار...... جہلم)

منہ کی بدبو دور کرنا

منہ سے آنے والی بدبو کے خاتمے کے لئے گلاب کے عرق میں لیموں کا رس ملا کر دن میں تین چار مرتبہ کلیاں کی جائیں' اس کے علاوہ گاجروں کے موسم میں کچی گاجروں کا استعمال بھی منہ سے بدبو کا خاتمہ کر دیتا ہے۔

ہاتھوں سے مچھلی اور پیاز کی بو دور کرنا

مچھلی یا پیاز کے استعمال کی وجہ سے ہاتھوں میں اس کی بو باقی رہ جاتی ہے اسے دور کرنے کے لئے نمک بیسن ملا کر ہاتھوں کو اچھی طرح رگڑا جائے اور پھر صابن سے دھوئیں تو بو ختم ہو جائے گی۔

گوبھی کی بساند دور کرنے کے لئے

گوبھی کی بساند دور کرنے کے لئے اسے کاٹ کر نمک ملے پانی میں پانچ منٹ کے لئے بھگو دیا جائے پھر گوبھی کا سالن بھونتے وقت ایک چمچ سرکہ اور ایک چمچ پسا ہوا ادرک ڈال دیا جائے' سالن اتارتے وقت گرم مصالحہ چھڑک کر ڈھکن بند کر دیا جائے اس سے نہ صرف گوبھی کی بساند دور ہوگی بلکہ سالن بھی مزیدار تیار ہوگا۔

فرش سے سفیدی کے چھینٹے صاف کرنا

دیواروں پر سفیدی کرتے ہوئے فرش پر سفید چھینٹیں پڑ جاتی ہیں جو فرش کی خوبصورتی کو ماند کر دیتی ہیں' سفیدی کے ان دھبوں کو دور کرنے کے لئے کپڑے دھونے کا سوڈا اور سرسوں کا تیل لے کر ان دونوں کو تھوڑے سے پانی میں ملا لیا جائے اور پھر کپڑے کو اس میں بھگو کر فرش پر رگڑا جائے تو سفیدی کے تمام داغ اچھی طرح صاف ہو جائیں گے۔

(لبنیٰ اشرف...... قصور)

آپ کی روحانی قوت بڑھانے کے لئے

جہاں روح ہے وہاں روحانیت ہے۔ اللہ تعالیٰ نے انسان کو بے شمار نعمتوں سے نوازا ہے جسم، توانائی، عقل، شعور، بات چیت کا سلیقہ وغیرہ۔ ان چیزوں کے بارے میں ہم جانتے ہیں لیکن ایک چیز جس سے ہم بے خبر ہیں یا جس کی طرف ہم توجہ نہیں دیتے اور جو خداوند کریم نے ہمیں خاص طور پر بخشی ہے وہ ہماری روحانی قوت ہے۔ شیطان ہماری اس قوت سے ہی خوفزدہ ہے اس لئے شیطان انسان کو مختلف جسمانی، ذہنی اور روحانی الجھنوں میں گرفتار کرتا رہتا ہے۔

لیکن اگر ہم اللہ تعالیٰ سے مدد مانگیں تو اللہ تعالیٰ کی مدد سے ہم شیطان کا مقابلہ کرسکتے ہیں اور اس طرح ہم نہ صرف اپنے بلکہ اپنے جاننے والوں کے بھی ہر طرح کے مسائل حل کرسکتے ہیں۔ اس سلسلے میں فیضان قلندری کا قیام عمل میں آیا ہے جس کے بانی روحانی اسکالر اقبال آرتانی ہیں اگر آپ چاہیں تو فیضان قلندری میں شریک ہوکر اپنی روحانی قوتوں کو بڑھا کر دنیا میں امن، خوشی اور خوشحالی پھیلا سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ فیضان قلندری کے ممبر مسائل اور مشکلات سے نجات کے لئے مخصوص روحانی عمل بھی کرسکتے ہیں۔ فیضان قلندری میں شمولیت کی شرائط یہ ہیں۔

نمبر ۱: فیضان قلندری کے ہر ممبر کو اللہ تعالیٰ اور اس کی طاقت اور رحمت پر مکمل بھروسہ ہونا چاہئے۔ اس کے لئے آپ کو اس بات پر بھی یقین ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ سے جو بھی دعا کریں، وہ ضرور قبول ہوتی ہے۔ ہوسکتا ہے کہ ہماری دعا کی قبولیت میں کچھ دیر لگے لیکن اللہ تعالیٰ ہمارے مسائل ضرور حل کرتے ہیں۔

نمبر ۲: فیضان قلندری کے ہر ممبر پر لازم ہے کہ اس بات پر یقین کرے کہ خداوند کریم نے بعض انسانوں کو دوسرے انسانوں پر فضیلت دی ہے۔ فضیلت پانے والے انسانوں میں اللہ کے رسول ﷺ نبیؑ، پیغمبرؑ، غوثؒ، ابدالؒ، قطبؒ، ولیؒ، قلندرؒ، صوفیائے کرامؒ وغیرہ شامل ہیں اور اگر اللہ تعالیٰ سے ان فضیلت پانے والوں کے واسطے سے مانگا جائے تو وہ ہماری فریاد ضرور سنتا ہے۔

نمبر ۳: فیضان قلندری کے ممبر کو دنیا میں خوشحالی اور موت کے بعد جنت الفردوس کی آرزو ہونی چاہئے۔ اس خواہش کی وجہ سے وہ گناہوں سے بچنے اور اللہ تعالیٰ کی رضا مندی حاصل کرنے کے لئے اللہ تعالیٰ کی عبادت میں وقت صرف کرنے کی کوشش کرے اور ساتھ ساتھ دوسرے انسانوں کی مدد میں بھی کوتاہی نہ کرے۔ اس میں ممکنہ حد تک مالی امداد اور دوسروں کے مسائل حل کرنے کے لئے بہترین مشورے بھی شامل ہیں اور ان مشوروں کے ضرورت مند لوگوں سے کسی قسم کا مالی یا دوسرا فائدہ اٹھانے کی کوشش نہ کرے۔

نمبر ۴: فیضان قلندری کے ہر ممبر پر فرض ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی وحدانیت اور حضرت محمد ﷺ کی رسالت اور ان کے آخری نبی ہونے پر مکمل یقین رکھے اور اس سلسلے میں کسی قسم کا شک، وہم یا منطق سے بالکل کام نہ لے۔

نمبر ۵: فیضان قلندری کے ہر ممبر، خواہ وہ مرد ہو یا عورت پر لازم ہے کہ وہ ہر جمعرات کو کسی بھی نماز کے بعد کسی جگہ بیٹھ کر گیارہ سو بار درود پاک کا ورد کرے اگر گیارہ سو بار درود پاک پڑھتے ہوئے دشواری محسوس ہو، آنکھیں یا جسم بھاری ہوتا محسوس ہو تو ۵۲۵ بار پڑھیں۔ اگر ۵۲۵ بار پڑھنے میں بھی دشواری ہو تو ۹۹ بار درود پاک کا ورد کریں۔ وہ جگہ پاک ہونی چاہئے۔ آپ کا لباس اور وہ جگہ بہتر ہے کہ سفید ہوں لیکن مجبوری کی وجہ سے کوئی اور رنگ بھی ہوسکتا ہے۔ درود پاک کے ختم کے بعد فاتحہ کے بعد سفید رنگ کی کھیر خود بھی کھائے اور اگر ممکن ہو تو اپنے اردگرد کے لوگوں کو بھی کھلائے۔ اللہ تعالیٰ نے چاہا تو اس عمل کی برکت سے آپ کے تمام مسائل حل ہوجائیں گے۔ (اگر کھیر نہ بانٹ سکیں تو ہر جمعرات کو پانچ روپے قریبی مسجد میں دے دیں)

فیضان قلندری کے ممبر کو ہر ماہ ماہنامہ ''روشنی'' میں شامل روحانی عمل برائے فیضان قلندری کرنے کی اجازت ہوگی۔

اگر آپ کو فیضان قلندری میں شامل ہونے کی خواہش ہے تو آپ 'فیضان قلندری کا ممبر شپ فارم' بھر کر ہمیں روانہ کریں۔

فیضان قلندری یا اس کے سربراہ ممبران کے کسی فعل یا عمل کے ذمہ دار نہیں ہوں گے۔ یہ صرف عوام کی خدمت کے لئے بنائی گئی ہے اور اس سے کسی قسم کا فائدہ مقصود نہیں ہے۔

فیضان قلندری میں ممبر شپ کا فارم

جناب ڈاکٹر محمد فہد آرتانی صاحب

صدر، فیضان قلندری

مجھے فیضان قلندری میں شمولیت کی خواہش ہے۔اس لئے آپ سے درخواست ہے کہ آپ مجھے فیضان قلندری کا ممبر بنالیجئے۔آپ جب چاہیں، بغیر وجہ بتائے مجھے فیضان قلندری سے الگ کر سکتے ہیں۔میں نے فیضان قلندری میں شرکت کی تمام شرائط پڑھ لی ہیں۔اللہ تعالیٰ کو حاضر ناظر جا کر یہ میرا عہد ہے کہ میں ان تمام شرائط کو پورا کروں گا/ کروں گی۔فیضان قلندری میں شرکت سے کوئی ناجائز فائدہ اٹھانے کی کوشش نہیں کروں گا/ کروں گی۔میری یہ کوشش ہوگی کہ اللہ سے دعا کر کے میرے اور میرے جاننے والوں کے مسائل حل کروں، گناہوں سے دور رہوں اور نیک کام کروں گا/ کروں گی۔

دستخط

نام: ____________________

مکمل پتہ: ____________ فون نمبر: ____________

فیضان قلندری میں شمولیت کی وجہ: ____________________

____

روشنی دواخانہ CA-27، چاندنی چوک اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔۷۴۸۰۰فون: 34923667

فیضان قلندری کے ممبران کے لئے خاص روحانی عمل

ذُوالقعدۃ کی نو اور اکیس تاریخ کو عشاء کی نماز کے بعد اوّل و آخر گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ۱۰۱ بار

اَللّٰہُ المؤمنُ المالک

پڑھیں۔اس کے بعد اپنے مسائل اور مشکلات کے حل کے لئے صدق دل سے اللہ تعالیٰ سے اپنے لئے اور دیگر ممبران کے لئے دعا مانگیں۔ وہی سب کی سننے والا ہے اور وہی دعا قبول کرنے والا ہے۔دعا کے بعد ۲۱ روپے نیاز کی نیت سے رکھ لیں اور اگلے دن تقسیم کر دیں۔

اس کے ساتھ ساتھ اپنی روحانی قوت بڑھانے کے لئے رات سوتے وقت ایک گلاس پانی پر ۲۱ بار

اَللّٰہُ المؤمنُ المالک

دم کر کے پیا کریں۔

یہ روحانی عمل فیضان قلندری کے ممبران کے لئے مخصوص ہے۔دیگر افراد جو فیضان قلندری کے ممبر نہیں ہیں وہ یہ عمل نہ کریں کیونکہ ان کے لئے یہ لاحاصل ہے۔ دیگر افراد اپنے مسائل کے حل کے لئے "محفل دعا" کا فارم پر کر کے روانہ کر سکتے ہیں۔

فیضان قلندری میں ان خواتین وحضرات کوشامل کرلیا گیا ہے

ہر ماہ فیضان قلندری میں سینکڑوں افراد شمولیت حاصل کرتے ہیں بعض اوقات ماہنامہ "روشنی" میں جگہ کی کمی کے باعث آپ کے نام شامل اشاعت نہیں ہو پاتے ہماری ممبران سے گزارش ہے کہ اگر آپ کا نام جگہ کی کمی کے باعث شائع نہیں ہوا تو آپ اگلے ماہ کے شمارے میں دیکھئے۔

● کراچی ۔ فہمیدہ افتخار۔ شب نور بیگم، محمد سعید، سردار احمد، محمد امتیاز، بشریٰ خان، ادریس بیگم، شبانہ غفار، انعم مقصود، محمد سہیل احمد صدیقی، رفیق اللہ، رضی الحسن ہاشمی، محمد صدیق، شازیہ ممتاز امینہ ناز، سحرش ناز۔ ہما اختر۔ حنا اشتیاق۔ شازیہ صدیقی۔ حمیرا ملک ۔ پروین مہر۔ مونا زیدی۔ کرن بٹ۔ عظمت مشتاق۔ شاہد علی۔ عمران ملک۔ ذیشان رشید۔ شکیل احمد۔ کاشف رضا۔ زہرہ فاطمہ۔ نگہت مجید۔ قمر جہاں۔ شہناز گل۔ وحیدہ انصاری۔ سلمٰی اکرام۔ عقیلہ خالد۔ غزالہ احمد۔ نور الٰہی ۔ ثمینہ رضا۔ نائلہ نسیم۔ سعیدہ مغل۔ ریاض عالم۔ فرزانہ عامر۔ رقیہ بخش۔ خالد اقبال۔ اکبر صدیقی۔ عظمت اللہ۔ صفدر خان۔ شفیقہ سکندر۔ سائرہ بانو۔ ماجد بٹ۔ یاسمین طاہر۔ وسیم اکبر۔ نسیمہ شاہ۔ عاطف قریشی۔ شمائلہ شیخ۔ فدا حسین۔ نازیہ صفدر۔ رابعہ رفیق۔ فریدہ عزیز۔ انور قریشی۔ نادر علی۔ ثمینہ نجم۔ اشفاق محمد۔ خالد جاوید۔ سعیدہ سمیع۔ افشین نیاز۔ نوید سراج۔ عرفان الحق۔ عبدالخالق۔ نزہت اقبال۔ حمیرا عامر۔ محمد نعیم۔ رضوانہ وارثی۔ ثمین احمد۔ قاسم علی۔ نور جہاں ملک۔ صبا اختر۔ سید رسول۔ کلثوم جاوید۔ زاہدہ عرفان۔ منیرہ اقبال، شیخ اقبال۔ کوثر ناز۔ عابدہ عبدالرحمان۔ فرخندہ۔ سکندر خلیل۔ آفتاب صدیقی۔ پروین خاتون۔ ثاقب ابرار۔ زینت۔ رخسانہ رحمان۔ سید اختر شاہ۔ مبشر خالد۔ انیسہ توصیف۔ محمد امین۔ امان اللہ۔ روبینہ ندیم۔ فرحین توقیر۔ مہوش قمر۔ نفیسہ عبید۔ خیر النساء۔ ارم افضل۔ محمد عاقب۔ عاصمہ خان۔ عائشہ سلطان۔ فرزین خالد۔ فرحت ناز۔ محمد اسلم۔ عبدالرزاق۔ نازش سلیم۔ محفوظ قریشی۔

● حیدرآباد۔ عبیدالرحمان۔ نجمہ رمضان۔ نسیمہ قاضی۔ خواجہ ادریس الحق۔ رمضان بٹ۔ نجمہ مہر۔ شاہد احمد۔ زاہد رضوان۔ زیشان سکندر۔ ماریہ گلزار۔ ارم ظہور۔ نواب علی۔ عصمت اکبر۔ سعیدہ مجیب۔ آمنہ نورین۔ صدف محبوب۔ سرور قمر۔ زرینہ بیگم۔ طاہرہ بانو۔ فیروزہ خالد۔ نرگس عبدالعزیز۔ سیما خاتون۔ عابدہ بیگم۔ غوثیہ سحر، شمیم ریحان۔ افضل علی، عروسہ علی۔ نسیم مسعود۔ شیر بانو۔ ہاجرہ خاتون۔ زرتاج ضمیر۔ سلطانہ اسرار۔ ثمینہ شکیل۔ فرزانہ ظفر۔ راحیلہ حمید۔ خورشید اقبال صدیقی۔ میمونہ بٹ۔ حشمت رفیق۔ ذوالفقار خان۔ حنا انوار۔ ظفر الرحمان۔ جلیل احمد۔ گل حسین۔ زہرہ بٹ۔ محمد یامین ملک۔ احمد مرزا۔ عباس ظفر۔ جلال حسین خان۔

● اندرون سندھ۔ عرفان الحق۔ امان شاہ۔ نعیم بخاری۔ حسیب عمران۔ سلمان قادر۔ انیسہ فاطمہ۔ وسیم مغل۔ فرح مغل۔ صائمہ خلیل۔ ندیم غنی۔ عبدالحمید۔ رضوانہ رحمٰن۔ زیبی عبد الحق۔ آمنہ جبار، جبار سلطان۔ عابدہ انیس، نصرت انیس، ہما انیس۔ عالیہ بتول۔ اخلاق احمد۔ یاسمین آصف۔ ہما سجاد۔ خورشید ریاض۔ سراج رحمان۔ عظیم طاہر۔ نورین فاطمہ۔

● لاہور۔ فرحانہ ابرار۔ کاشف رضا۔ شفیق الرحمٰن۔ سائرہ احتشام۔ ناصرہ حبیب۔ محمد عثمان اعوان۔ عظمٰی مشتاق۔ کلثوم اعجاز۔ عامرہ خاتون۔ غلام مصطفیٰ ملک۔ ناصرہ علی۔ میاں تحسین علی۔ شبنم حسن۔ غزالہ جاوید۔ رضیہ بٹ۔ زرین فاطمہ۔ ملک خورشید عالم۔ نازش ملک، طاہر ملک۔ احمد حسین۔ عمر اقبال۔ عابد صدیقی۔ منیر بلال۔ رفیق احمد۔ ارشاد حبیب۔ توقیر۔ حمزہ اسماعیل۔ امجد ہاشمی۔ شاہین اشفاق۔ ریحانہ ریاض۔ ساجد نقوی۔ شہناز عثمان۔ رشیدہ تبسم۔ ملک یوسف خان۔۔

● اسلام آباد اور راولپنڈی۔ نور محمد۔ نوشین عارف۔ فرخندہ فیصل۔ شکیلہ عثمان۔ سلیمان حیات پاشا۔ حمیرا کاظم۔ مختار انصاری۔ نورین سہیل۔ کلیم بٹ۔ چوہدری عبدالسلام۔ اسرار شیخ۔ فیروزہ جمیل۔ زیب النساء۔ انیسہ فاروق۔ عبداللطیف۔ شکیلہ ناظم۔ فیضان احمد۔ شمائلہ کریم۔ فرح حنیف۔ رضوان علیم۔ عرشی افتخار۔

● اندرون پنجاب ۔ سحرش ایاز۔ شازیہ صدیق۔ محمد نذیر نیازی۔ بدر النساء۔ نسرین رضا۔ الماس ناز۔ شہناز شوکت۔ رخشندہ فاطمہ۔ اسماء عزیز۔ ملک اشرف۔ آصفہ وقاص۔ عامر محمود۔ بشریٰ اجمل۔ یاسمین ملک۔ رابعہ منیر۔ فردوس فاطمہ۔ ریحان قریشی۔ یوسف شریف چوہدری۔ خالدہ تبسم۔ اریبہ خلیل۔

● کوئٹہ۔ عاقب بلوچ۔ مجتبیٰ دلاور۔ نصرت علیم الدین۔ اُم کلثوم۔ عدنان احمد۔ شہاب علی۔ قیصر بیگم۔ صلاح الدین۔ فریدہ فاروق۔ ہما سراج۔

● پشاور۔ بیگم رخسانہ تنویر۔ جمشید ظفر خان۔ معصومہ نور۔ نازش افتخار۔ جواد جہانگیر خان۔ قیصر شاہ۔ محسن ظفر۔

● بیرون ممالک۔ لبنیٰ غفار (شارجہ)۔ افشاں اکبر (نیویارک)۔ شمسہ نوید، کرین نوید (بحرین)۔ شاہجہاں بیگم (کویت)۔ ثوبیہ لودھی (دمام)۔ عمرانہ جمال (آسٹریلیا)۔ شیراز بٹ (مانچسٹر)۔ عبدالرزاق (نیویارک)۔ ثناء بھٹی (ابوظہبی)۔ رحیم النساء (ریاض)۔ صالحہ جہانگیر (امریکہ)۔ فرزانہ (سڈنی)۔

محفل دعا

جیسا کہ قارئین "روشنی" کو معلوم ہے کہ فیضان قلندری کے تمام ممبران ہر جمعرات کو گیارہ سو بار درود شریف کا ورد کرتے ہیں۔ ورد کے اختتام پر دعا میں لوگوں کے مسائل و معاملات، الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین وحضرات دعا میں شامل ہونا چاہتے ہیں وہ اپنا مسئلہ "فارم برائے محفل دعا" پر صاف صاف لکھ کر بھیجیں۔ فیضان قلندری کے تمام ممبران سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔ اگر الگ الگ نام لے کر دعا نہ کرسکیں تو ماہنامہ روشنی میں شامل دعاؤں کی درخواست کہہ کر دعا کر لیجئے۔

اللہ تعالیٰ آپ کو جزائے خیر دے۔ آمین۔

میں کچھ عرصے سے گھریلو جھگڑوں کی وجہ سے کافی پریشان ہوں گھر میں جب پہنچوں ایک نیا مسئلہ کھڑا ہوتا ہے۔ لگتا ہے کچھ دنوں میں، میں پاگل ہوجاؤں گا۔ آپ سے درخواست ہے کہ میرے گھر کے حالات کی بہتری کے لئے ''محفل دعا'' میں دعا کروادیں۔

(سلیم اکبر......حیدرآباد)

والدین کو بیماری سے نجات اور گھر میں اختلافات کے خاتمے کی لئے دعا کی درخواست ہے۔

(پری بانو، کراچی)

گھر میں نااتفاقی کے خاتمے اور شادی کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(بشریٰ صدیقی، کراچی)

گزارش یہ ہے کہ میں نے آپ کا رسالہ پڑھا مجھے بہت پسند آیا۔ آپ کی ''محفل دعا'' کے بارے میں پڑھ کر مجھے اپنے مسئلہ کا حل نظر آیا اس لئے میں آپ کو اپنا مسئلہ بھیج رہی ہوں۔ میری نند کی عمر 28 سال کی ہوگئی ہے۔ شکل وصورت کی بہت اچھی، سگھڑ اور دس جماعت پڑھی ہے، کئی رشتے آئے مگر بات نہ بنی۔ آپ ''محفل دعا'' میں اس مسئلے کے حل کے لئے دعا کروادیں۔

(فرزانہ جبار......فیصل آباد)

سائیں! آپ کا رسالہ بہت اچھا ہے۔ میں ہر ماہ خریدتا ہوں۔ ہماری کافی زمینیں لیکن چچازاد بھائیوں نے آدھی سے زیادہ زمین پر قبضہ کر رکھا ہے، عدالت میں مقدمہ چل رہا ہے۔ آپ ہمارے لئے دعا کردیں کہ فیصلہ ہمارے حق میں ہوجائے۔

(اشفاق سبحان......حیدرآباد)

جناب عالی! جب سے میں نے فیضان قلندری شمولیت اختیار کی ہے میرے روز وشب بدل گئے ہیں، میں اب پانچ وقت کا نمازی بن گیا ہوں اور الحمدللہ قرآن پاک بھی باقاعدگی کے ساتھ پڑھنے لگا ہوں۔ میرے حق میں دعا فرمائیں اور تمام بھائی، بہنوں سے بھی التماس ہے کہ میرے لئے دعا کریں کہ میں راہ ہدایت میں کامیاب رہوں۔

(اشفاق علی......کراچی)

گزارش یہ ہے کہ میں ہر طرف سے مایوس ہوکر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ میں شدید مالی مشکلات کا شکار ہوں انتہائی تنگ دستی کا سامنا ہے مالی حالات کی بہتری کے لئے ''محفل دعا'' میں دعا کروادیں۔

(زرین......ٹنڈوآدم)

محترم جناب آرتانی صاحب! میں بواسیر کا پرانا مریض ہوں اس مرض نے وقت سے پہلے بوڑھا کردیا، زندگی سے نفرت سی ہوگئی ہے۔ آپ سے مؤدبانہ گذارش ہے کہ مجھ مصیبت زدہ انسان کے لئے دعا کریں اور تمام ممبران قلندری سے دعا کروادیں۔

(اشرف چشتی......کراچی)

آپ کے بتائے ہوئے وظائف سے گھر میں کافی تبدیلی آئی ہے، مزاج میں بھی ٹھہراؤ آگیا ہے، سب سے بڑھ کر میرا دل اب کام کرنے سے گھبراتا نہیں ہے، رات کو نیند بھی آجاتی ہے۔ ''محفل دعا'' میں مزید حالات کی بہتری کے لئے دعا کروادیں۔

(اظہر شمس......لاہور)

جناب آرتانی صاحب! گذشتہ ۵ سال سے میں اکثر خواب میں خون، سانپ اور بکرے ذبح ہوتے دیکھتی ہوں۔ ٹھیک ۵ سال پہلے ہی میرے شوہر نے خفیہ شادی کی تھی، اس سے پہلے میں صحت مند تھی۔ یہ تمام علامات اس کی شادی کے بعد شروع ہوئی ہیں میرے ۵ بچے ہیں، ابھی کوئی روزگار کے قابل نہیں ہے، میں جسمانی طور پر بہت تکلیف میں مبتلا ہوں، ہر طرح کا علاج کروایا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ آپ تمام ممبران قلندری سے بیماریوں سے نجات کے لئے دعا کروادیں۔

(بلقیس جہاں......فیصل آباد)

بھائی کی شوگر کی بیماری کے لئے دعا کروادیں کہ بیماری ختم ہوجائے۔

(اسلم تیموری، کراچی)

میرے بیٹے ماجد کو پچھلے ڈیڑھ سال سے جوڑوں کی بیماری ہے۔ اسکے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(ماجد رحمٰن کی والدہ، کراچی)

اس سے پہلے بھی لکھ چکی ہوں۔ بلاشبہ آپ کی خدمات قابل ستائش ہیں۔ آپ کی نظر کرم کی طالب ہوں' انتہائی پریشان حال اور حالات کی ستائی ہوئی ہوں' مسئلہ یہ ہے کہ میری چھوٹی بیٹی کی عمر ۱۸ سال ہے' اس کے کان کی پچھلی سائیڈ پر رسولی تھی۔ اس کا آپریشن کروایا' ڈاکٹروں کی رائے کے مطابق یہ نہایت معمولی اور بے ضرر آپریشن تھا مگر اس کا زخم ۱۰ سال گزرنے کے بعد بھی صحیح نہیں ہوا۔ شہر کا کوئی ڈاکٹر یا سرجن نہیں چھوڑا 'پیسہ پانی کی طرح بہایا مگر سب بے سود ثابت ہوا۔ آپ سے التماس ہے کہ میری بیٹی کے اس مرض سے نجات کے لئے تمام ممبران قلندری سے دعا کروادیں۔

(نورین عباس......راولپنڈی)

میں ماہنامہ ''روشنی'' کا پرانا قاری ہوں مگر فیضان قلندری میں ابھی دو ماہ پہلے شمولیت اختیار کی ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے گھر میں بیماری کا سلسلہ چلتا رہتا ہے۔ گھر کا ہر فرد وقتاً فوقتاً بیمار ہوتا رہتا ہے آپ سے التماس ہے کہ میرے اور گھر والوں کے لئے ''محفل دعا'' میں دعا کروادیں۔

(عبداللطیف......کراچی)

تمام اہل خانہ پر سے بداثرات سے نجات کے لئے تمام ممبران قلندری سے دعا کی درخواست ہے۔

(امینہ بیگ......کراچی)

جناب آرتانی صاحب! میں ہر طرف سے مایوس ہوکر آج آپ کو اپنا مسئلہ لکھ رہی ہوں گزشتہ ۵ سال پہلے ہم بے حد آسودہ اور خوشحال زندگی گزار رہے تھے کہ اچانک ہمارے گھر میں سے مختلف جگہوں سے تعویذات ملے جس کے بعد سے ہمارے گھر کے حالات بد سے بدتر ہوگئے تفصیل لکھوں تو الفاظ میں سمیٹنا مشکل ہے۔ غرض ہم کراچی سے لاہور آگئے' یہاں بھی اس پریشانی نے پیچھا نہ چھوڑا۔ اب تک شوہر چار جگہوں سے بلا عذر برخاست کردیئے گئے' شدید مالی مشکلات کا سامنا ہے۔ آپ سے اور تمام ممبران قلندری سے دعا کی درخواست ہے۔

(نائلہ مجید......لاہور)

والد صاحب کو معدہ کی پیچیدہ تکلیف ہوگئی ہے۔ اس سے نجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(علی اصغر، کراچی)

مسئلہ یہ ہے کہ گذشتہ چھ سال سے آبائی زمین کے لئے مقدمہ دائر کیا تھا ابھی تک مسئلہ طوالت میں پڑا ہوا ہے کوئی راستہ سجھائی نہیں دے رہا۔ آپ سے التماس ہے کہ ہمارے حق میں فیصلے کے لئے تمام ممبران قلندری سے دعا کروادیں۔

(ملک عامر حسین......ملتان)

امتحانات میں کامیابی کے لئے تمام ممبران قلندری سے دعا کی درخواست ہے۔

(حمیرا ناصر......کراچی)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ آج سے دو سال پہلے ہم نے ایک گنجان علاقہ میں سستے داموں میں پلاٹ خریدا تھا۔ کچھ عرصہ بعد اس پر دو چار فیملیز نے قبضہ جمالیا۔ ہم نے بہت کوشش کی کہ وہ ہماری جگہ چھوڑ دیں۔ پیسوں کا لالچ دیا' ڈرایا' دھمکایا مگر وہ کسی طرح جگہ خالی نہیں کرتے اب وہ علاقہ آباد ہورہا ہے اور پلاٹ کی قیمت تین گنا زیادہ ہوگئی ہے۔ ہم چاہتے ہیں کہ آپ ہمارے مسئلے کے لئے دعا کریں کہ اس پلاٹ پر سے قبضہ ختم ہوجائے۔

(حنیف احمد......کراچی)

میری دادی گذشتہ دو ماہ سے شدید علیل ہیں ان کی صحت یابی کے لئے تمام ممبران قلندری سے دعا کی درخواست ہے۔

(بشریٰ غنی......اسلام آباد)

نوکری کرنے میں دل نہیں لگتا۔ بہت جلد دل اچاٹ ہوجاتا ہے۔ ممبران قلندری سے دعا کی درخواست ہے۔

(محمد اقبال زبیری......کراچی)

میرا بیٹا پرتگال گیا ہے۔ اسے بیرون ملک قانونی کاغذات جلد مل جائیں۔

(ثریا حمید، کراچی)

جناب میں آپ کا میگزین ہر ماہ باقاعدگی کے ساتھ پڑھتی ہوں اس میں مجھے ''محفل دعا'' کے سلسلے نے کافی متاثر کیا، اسی لئے میں آج آپ کو اپنا مسئلہ لکھ رہی ہوں۔ میرے شوہر ایک ادارے میں دس سال سے نوکری کررہے ہیں' مسئلہ یہ کہ میرے شوہر کی پروموشن نہیں ہوتی جبکہ میرے شوہر سے بعد آنے والے اونچے عہدے پر فائز ہوگئے ہیں۔ میرے شوہر اپنا کام پوری ایمانداری اور محنت سے کرتے ہیں لیکن پھر بھی ترقی میں رکاوٹیں حائل ہیں آپ سے ان رکاوٹوں سے نجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(مسز ناطق......اسلام آباد)

میں بڑی مایوسی اور پریشانی کے عالم میں آپ کو خط لکھ رہا ہوں' مجھے وہم کی بیماری ہوگئی ہے۔ اگر میں کسی مسلم یا غیر مسلم سے ہاتھ ملالوں تو گھنٹوں ہاتھ دھوتا رہتا ہوں اور اگر ہاتھ دھوئے بغیر کپڑوں کو چھولیا تو کپڑے بھی ناپاک محسوس کرتا ہوں اور نماز نہیں پڑھتا اور نہ ہی تلاوت قرآن کرتا ہوں۔ میرا کام مارکیٹ کا ہے اور مجھے روز ہی ہزاروں لوگوں سے ملنا پڑتا ہے' دن بدن میری حالت بگڑتی جارہی ہے۔ آپ سے اور تمام ممبران قلندری سے اپنے مسئلے کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(شکیل احمد......کراچی)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ آج سے تین ماہ پہلے میرا چھوٹا بھائی ایک روڈ ایکسیڈنٹ میں شدید زخمی ہوگیا تھا۔ آہستہ آہستہ زخم تو ٹھیک ہوگئے مگر سر پر پڑنے والی چوٹ کی وجہ سے ذہنی توازن ٹھیک نہیں ہے' تمام ممبران سے ذہنی حالت کی درستگی کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(مرتضٰی رشید......کراچی)

آسیبی اثرات، شیطانی اثرات، ذہنی الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(محمد سہیل احمد صدیقی، کراچی)

ذہنی الجھنوں، بیماریوں، پریشانیوں اور کاروبار اور روزگار کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(محمد حسین، کراچی)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا چھوٹا بھائی عرصہ سے بیمار ہے' ڈاکٹر کہتے ہیں خون میں نمک کی کمی ہے' ماہرین نفسیات کہتے ہیں نفسیاتی بیماری ہے' عامل حضرات کا کہنا ہے کہ جن کا سایہ ہے' سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا کریں بھائی کی حالت بگڑتی ہی چلی جارہی ہے۔ ''محفل دعا'' میں تمام ممبران قلندری سے اس کی صحت یابی کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(عصفیہ رضا......گجرات)

تمام ممبران قلندری سے کاروبار میں ترقی اور کشادگی رزق کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(احمد حسن......راولپنڈی)

میں ہومیو پیتھک ڈاکٹر ہوں۔ اپنا کلینک کھولا ہے جس پر تقریباً پچاس ہزار روپے خرچ کرچکی ہوں مگر میرے کلینک میں کوئی مریض نہیں آتا جبکہ تھوڑی دور ایک نان کوالیفائڈ ڈاکٹر ہے۔ اس کے یہاں مریضوں کی بھیڑ لگی رہتی ہے' علاقے میں کوئی اور لیڈی ڈاکٹر بھی موجود نہیں۔ والد صاحب بے روزگار ہیں سوچا تھا اس طرح معاشی مسئلہ حل ہوجائے گا۔ آپ میرے لئے تمام ممبران قلندری سے دعا کروائیں کہ لوگ میری طرف بھی رجوع کریں۔

(ڈاکٹر افشین صدیقی......سکھر)

جناب میری والدہ نفسیاتی مریض ہیں۔ علاج بھی جاری ہے لیکن ساتھ ہی دعا کی بھی درخواست ہے۔

(نور جہاں بیگم......ملتان)

جناب میری بہنوں کی عمریں بالترتیب 27,29,31 سال ہیں۔ ان کے اچھے رشتے نہ آنے کی وجہ سے عمریں زیادہ ہوگئی ہیں کہیں بھی بہنوں کی بات نہیں بنتی۔ تمام ممبران قلندری سے اچھے رشتوں کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(کمال رضوی......حیدرآباد)

میرے شوہر ایک ادارے میں پلمبر کا کام کرتے ہیں انہوں نے بڑی ناکامیوں میں پرورش پائی ہے۔ چھ دن کے تھے کہ والدہ وفات پا گئیں پھوپیوں نے پالا۔ انہوں نے میرے شوہر کو اپنے گھر میں غلاموں کی طرح رکھا اور برسر روزگار ہوتے ہی شادی کردی۔ مسئلہ یہ ہے کہ میرے شوہر اب بھی خاندان کے افراد جو چیز مانگتے ہیں وہ دے دیتے ہیں چاہے ہمیں اس کی کتنی ہی ضرورت کیوں نہ ہو۔ اس کے علاوہ خاندان کے ہر فرد کی بات کی اہمیت ہے' میری بات کی کوئی اہمیت نہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ میری زندگی ان کے احسانات تلے دبی ہوئی ہے۔ آپ سے میرے شوہر کی اس کیفیت سے نجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(مریم رحمٰن......کراچی)

ماہا کے امتحان میں کامیاب ہونے کی دعا کروادیں۔ یہ پڑھائی میں کمزور ہے اور پڑھا ہوا بھول جاتی ہے۔ اچھی صحت اور پڑھائی میں دل لگنے کی دعا کروادیں۔

(ماہا اظہر، کراچی)

بہت سے مسائل ہیں۔ خود اعتمادی بالکل نہیں ہے۔ پسند کی جاب ملنے، خود اعتمادی، بیماری کے خاتمے اور کاموں میں رکاوٹ دور ہونے کے لئے دعا کروادیں۔

(سمیرہ اظہر، کراچی)

فارم برائے محفل دعا

فیضان قلندری میں اپنے مسائل و معاملات، ذہنی الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کے لئے یہ فارم پُر کرکے روانہ کریں۔

یاد رہے کہ ایک فرد کے لئے ایک ہی فارم استعمال کیا جائے گا۔

نام: ____________________

پتہ: ____________________

مسئلہ برائے دعا: ____________________

____

____

نوٹ

☆ یہ فارم محفل دعا میں دعا کی درخواست کے لئے ہے۔

☆ اس فارم کے ذریعے فیضان قلندری میں شامل نہیں ہوسکتے اور فیضان قلندری کے ممبران کے لئے خاص روحانی عمل بھی نہیں کرسکتے۔

☆ فیضان قلندری میں شمولیت کے لئے فیضان قلندری ممبرشپ فارم پُر کرکے روانہ کریں۔

☆ اگر جگہ کم ہو تو علیحدہ کاغذ پر مسئلہ لکھ کر روانہ کریں۔

فیضان قلندری میں شامل افراد کی کیفیات پر مبنی خطوط جو اس سے فیض حاصل کر رہے ہیں۔ اس کالم کے ذریعے ہم محفل درود کے دوران پیش آنے والی روحانی کیفیات کے ساتھ ساتھ اس کے عملی زندگی پر پڑنے والے اثرات بھی قارئین کی نذر کرتے ہیں۔ اگر آپ نے بھی فیضان قلندری کے ذریعے سے اپنے اندر کوئی مثبت تبدیلی محسوس کی ہو تو آپ بھی اپنی کیفیات ماہنامہ "روشنی" کے پتے پر ارسال کریں۔ خط کے لفافے پر (فیضان قلندری روحانی کیفیات) لکھنا نہ بھولیں۔

محترم آرتانی صاحب! میں آپ کی بہت مشکور ہوں کہ آپ کی وجہ سے میری دنیا ہی بدل گئی۔ اب میری روح کو ایک عجیب سے سکون کا احساس ہوتا ہے، میں جب درود پاک کا ورد کرتی ہوں تو ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے ساری فضا میرے ساتھ جھوم رہی ہو اور درود پاک کے ورد میں مشغول ہو۔ اس فیضان قلندری میں شمولیت میرے لئے بہت سکون کا سبب بنی ہے۔ اللہ آپ کو آپ کی ان کاوشوں کا اجر ضرور دے گا جو مجھ جیسی گنہگار کو بھی سیدھے رستے پر چلا دیا۔

(انیلہ قائم قلندری......کراچی)

السلام علیکم جناب صدر فیضان قلندری! میں نے آپ کا بتایا ہوا درود شریف پڑھا تو میری عجیب کیفیت ہوگئی میری آنکھوں سے بے شمار آنسو بہنے لگے ایسا لگا جیسے کسی بیمار کو کسی مسیحا کا سہارا مل گیا ہو جیسے میرے بے چین دل کو قرار آ گیا ہو۔ آئندہ کے لئے بھی میں آپ سے مزید رہنمائی کی طلبگار رہوں، امید ہے آپ میری رہنمائی فرمائیں گے۔

(مبینہ حسن قلندری......حیدرآباد)

میں جب سے اس قلندری جماعت میں شامل ہوا ہوں مجھے اپنا آپ معتبر محسوس ہونے لگا ہے۔ مایوسیوں سے میری جان چھوٹ گئی ہے اور اب میں اس رحیم وکریم مالک پر مکمل بھروسا کرنے لگا ہوں۔ مجھے یقین ہوتا جا رہا ہے کہ وہ غفور ورحیم اپنے حبیب کے درود پاک کے وسیلے سے میری خطاؤں اور لرزشوں کو معاف کر کے میری مدد فرمائے گا۔

(کمال صدیقی قلندری......کراچی)

آرتانی صاحب! میں نے ایک فیضان قلندری کے ممبر جو کہ میرے دوست بھی ہیں ان کے کہنے پر فیضان قلندری میں شمولیت اختیار کی۔ اب اللہ کے فضل وکرم سے میں بھی اس کا ایک ممبر ہوں اور اپنے دوست کا بھی شکر گزار ہوں۔ اس میں شمولیت سے مجھے جو قلبی سکون ملا ہے وہ شاید میں الفاظ میں بیان نہیں کر سکتا اس کے علاوہ میرے ایک دو مسائل جن کا حل سوچ سوچ کر پریشان تھا وہ خود بہ خود حل ہو گئے، یہ سب درود پاک کی برکت سے ہے۔

(محمد امین قلندری......فیصل آباد)

میں آپ کی بہت مشکور ہوں کہ آپ کی اس فیضان قلندری میں شامل ہو کر میں نے ورد شروع کیا تو میرے حالات بہت بہتر ہو گئے اب مجھے ہر طرف سے سکون ہے، کوئی بے چینی نہیں ہے میرے سسرال والوں کا رویہ بھی یکسر تبدیل ہو چکا ہے۔ میرے شوہر بھی میرا خیال رکھتے ہیں میں اپنے اللہ کی اور اس کے رسول پاک ﷺ کی بہت شکر گزار ہوں کہ میں نے بروقت فیضان قلندری میں شامل ہو کر اپنی پریشانیوں سے نجات حاصل کی۔

(امینہ ظہور قلندری......لاہور)

میں نے جب سے آپ کی فیضان قلندری کی ممبر شپ حاصل کی ہے اور جمعرات کو درود پاک کے ورد کا جو سلسلہ شروع کیا ہے اس سے مجھے اس قدر قلبی سکون ملا ہے جسے لفظوں میں بیان کرنا شاید میرے لئے ممکن نہیں۔ میں جب بھی درود پاک کا ورد کرتا ہوں تو مجھ پر ایک عجیب روحانی کیفیت طاری ہونے لگتی ہے، یوں محسوس ہوتا ہے کہ دل گناہوں سے بالکل پاک ہو گیا ہے اور میری روح خوشی میں جھوم رہی ہے۔ ایک عجیب سا سماں بندھ جاتا ہے کہ میں اپنے آقا رسول پاک ﷺ کی خدمت میں درود پاک پیش کر رہا ہوں اور وہ مجھے سن رہے ہیں۔ میں بہت خوش ہوں کہ آپ نے مجھ پر یہ احسان کیا، خدائے پاک سے دعا ہے کہ وہ آپ کو ہمیشہ خوش رکھے اور لوگ آپ سے یونہی فیض حاصل کرتے رہیں۔

(احسن علی قلندری......کراچی)

جناب عالی! اللہ کا شکر ہے کہ اب میرا رویہ سب کے ساتھ اچھا ہو گیا ہے۔ اب سب مجھ سے خوش ہیں میرا کاروبار بھی میرے اخلاق کی وجہ سے بہتر ہو گیا ہے۔ میرے اوپر اللہ تعالیٰ نے اپنے رسول اپنے پیارے حبیب ﷺ کے طفیل اس قدر کرم کیا ہے کہ میرا ہر بگڑا کام بننے لگا ہے۔ امید ہے خدا اپنے حبیب ﷺ کے صدقے مجھ پر اسی طرح کرم کرتا رہے گا۔

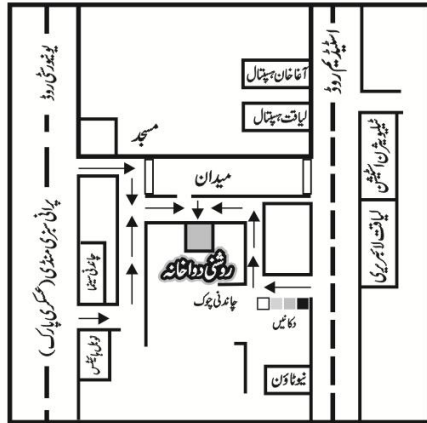
(اسماعیل احمد قلندری......ملتان)

قبلہ آرتانی صاحب! میں یہ سوچ بھی نہیں سکتی کہ فیضان قلندری میں شمولیت میرے اندر اتنی تبدیلیاں پیدا کر دے گی۔ اس کا ممبر بننے کے بعد مجھے بے حد سکون واطمینان نصیب ہوا ہے، جس سکون کے لئے میں مختلف جگہوں پر گئی لیکن مجھے وہ کہیں سے نہیں ملا مگر درود پاک کے ورد نے تو ایسا اثر کیا ہے کہ اب مجھے ہر وقت کسی مہربان سائے کا احساس میرے ساتھ رہتا ہے۔

(صائمہ اسلم قلندری......ٹورنٹو)

روشنی دواخانہ

اگر آپ کسی جسمانی، ذہنی یا روحانی مرض میں مبتلا ہیں لیکن جگہ جگہ ڈاکٹری نفسیاتی یا روحانی علاج کے بعد بھی آپ کو مکمل فائدہ نہیں ہوا تو آپ ہمارے ادارے میں تشریف لائیے۔ ہمارے ماہرین آپ کے مسئلے کا حل مکمل مہارت تجربے اور خدا داد صلاحیتوں کی بنیاد پر کرتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ روزانہ سینکڑوں مریض پرانی سے پرانی پیچیدہ بیماریوں مختلف نفسیاتی اور روحانی مسائل کا حل پاتے ہیں۔

جسمانی اور روحانی علاج کے لئے ہمارا پتہ

علاج کے لئے آنے والے خواتین وحضرات
شام چار سے سات کے درمیان تشریف لائیں
(خواتین کا مخصوص ایاّم میں آنا منع ہے)

خط لکھنے کے لئے ہمارا پتہ

روشنی دواخانہ CA-27 چاندنی چوک اسٹیڈیم روڈ کراچی 74800

مکمل ٹکٹ کے ساتھ مکمل پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ لازمی ڈالیں

فون نمبرز

(92-21)34923667-34923488-34920000

موبائل نمبرز

03334923667-03218778177

فون پر بات کرنے کے لئے دوپہر بارہ سے تین کے درمیان رابطہ کریں
انٹرنیشنل کالرز رات ساڑھے سات سے آٹھ بجے تک رابطہ کریں

روشنی فیس بک پیج

www.facebook.com/RoshniDawakhana

اب آپ ہر ماہ کا تازہ شمارہ ہمارے فیس بک پیج پر بھی پڑھ سکتے ہیں